جامعة مؤتة

عمادة الدراسات العليا

# " أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الأساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة "

إعداد

نزار ماهر الصرايرة

اشراف

الأستاذ الدكتور علي أبو زمع

رسالة مقدمة إلى عمادة الدراسات العليـــــــــا

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير

في التربية الرياضية قسم التربية الرياضيـــــة

جامعة مؤتة، 2013

**الآراء الواردة في الرسالة الجامعية لا تُعبر بالضرورة عن وجهة نظر جامعة مؤتة**

*نموذج رقم (14)*

# قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب نزار ماهر الصرايرة الموسومة بــ:

**أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الاساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة**

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية.

**القسم: التربية الرياضية.**

| | التوقيع | التاريخ | |
|---|---|---|---|
| أ.د. علي شحادة ابو زمع | | 2013/07/02 | مشرفاً ورئيسا |
| أ.د. عبدالسلام محمد النداف | | 2013/07/02 | عضواً |
| أ.د. حسن طلال الطويل | | 2013/07/02 | عضواً |
| أ.د. سميرة محمد عرابي | | 2013/07/02 | عضواً |

**عميد الدراسات العليا**

**أ.د. عبدالفتاح خليفات**

MUTAH-KARAK-JORDAN
Postal Code: 61710
TEL :03/2372380-99
Ext. 5328-5330
FAX:03/ 2375694
e-mail: dgs@mutah.edu.jo sedgs@mutah.edu.jo
http://www.mutah.edu.jo/gradest/derasat.htm

مؤته – الكرك – الاردن
الرمز البريدي: 61710
تلفون: 99-03/2372380
فرعي 5328 5330
فاكس 03/2 375694
البريد الالكتروني
الصفحة الالكترونية

## الإهداء

إلى من أدين لها بكل ما وصلت إليه وما أرجو أن أصل إليه من الرفعة أمي الملاك.

إلى من احمل أسمه بكل فخر واعتز بذكره إلى من قدم لي الكثير والدي العزيز أطال الله في عمره .

إن أخاك الحق من كان معـــــــــــك .... ومن ضر نفسه لينفعــك

ومن إذا ريب الزمان صدعك .... شتت فيك شمله ليجمعك

إلى أخواني نضال ... محمد ... وأخوتي .

إلى إخوة عرفناهم و فرقة الفنا صحبتهم في الخير دائماً إلى إخوة سطروا حروف الوفاء و الحب في القلوب معاذ السيد ... مشعل الطراونة ... رجا المواجدة .

إلى أسرتي الثانية وبيتي الثاني أخوتي في إذاعة صوت الكرك إلى العزيزة مديرتي في رؤيا ميسون البرقان .

**نزار ماهر الصرايرة**

## الشكر والتقدير

الشكر والحمد لله رب السماوات ورب الأرض ورب العالمين

قال الجاحظ:

يطيب العيش أن تلقى حليماً... غذاه العلم والرأي المصيبُ

ليكشف عنك حيلة كل ريبٍ...وفضلُ العلم يعرفه الأريبُ

أتقدم بالشكر الجزيل وعظيم الامتنان والعرفان إلى مشرفي الأستاذ الدكتور علي أبو زمع على ما قدمه لي من توجيهات ورعاية واهتمام لإتمام هذه الرسالة على أكمل وجه كما وأتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والمحبة من الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة (الأستاذ الدكتور سميرة عرابي والأستاذ الدكتور حسن الطويل والأستاذ الدكتور عبدالسلام النداف ) .

لتكرمهم الجزيل بالموافقة على مناقشة هذه الرسالة .

كما أتقدم بالشكر الجزيل وعظيم الامتنان إلى كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة لما أبدوه من تعاون ممثلة بعميد الكلية الأستاذ الدكتور أمجد نجيب مدانات وأعضاء الهيئة التدريسية .

**نزار ماهر الصرايرة**

## فهرس المحتويات

## قائمة الجداول

## قائمة الملاحق

## الملخص

## أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الأساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة

**نزار ماهر الصرايرة**

**جامعة مؤتة، 2013**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الأساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة والمسجلين في مساق السباحة (1) للفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2012-2013، حيث تكونت عينة الدراسة من (30) طالباً وزعوا عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين، المجموعة الأولى وهي المجموعة التجريبية وتكونت من (15) طالباً ، وقد تعلمت المهارات الأساسية باستخدام أسلوب التعلم التعاوني . والمجموعة الثانية وهي المجموعة الضابطة وتكونت مـــن (15) طالباً، وقد تعلمت المهارات الأساسية للسباحة بالأسلوب التقليدي المتبع في الكلية .

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن استخدام أسلوب التعلم التعاوني قد أثر بطريقة ايجابية على تعلم واكتساب المهارات الأساسية في السباحة وكما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في المهارات الأساسية في السباحة ولصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي لبرنامج أسلوب التعلم التعاوني، ما عدا مهارات كتم النفس والطفو على البطن والطفو على الظهر .

وفي ضوء هذه النتائج يوصي الباحث بضرورة الاهتمام باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في العملية التعليمية لبعض المهارات الأساسية في السباحة بحيث يكون العمل الجماعي عامل أساسي في هذا الأسلوب .

# Abstract

## The Effect of Cooperative Learning Method on the development level of Swimming Skills of students in the Sport Science college at Mu'tah University



**Nezar Maher Alsaraireh**

**Mu'tah University, 2013**



The study aimed at investigating the effect of cooperative learning Method on the development level of Swimming Skills of students in the Sport Science college at Mu'tah University. The researcher used an experimental design to achieve the purpose of the study. The number of students participated in the study was 30 students and they were randomly distributed into two equal groups, the experimental group which was taught by using the cooperative teaching Method and the control group which was taught by using the traditional Method. The results of the study indicated that using the cooperative Method had significant positive effect on learning the swimming skills used in this study. Regarding the comparison between the two groups, the results showed that the experimental group which was taught using the cooperative teaching Method was significantly better than the control group which was taught using the traditional Method. According to the results of the study, the researcher recommended using the cooperative learning Method in teaching the basic swimming skills for its positive effect in enhancing the learning of these skills.

## الفصل الأول

## خلفية الدراسة وأهميتها

### 1.1 مقدمة الدراسة:

أن تطوير العملية التعليمية يعتمد وبشكل كبير على البحث المتواصل عن أساليب وطرق ووسائل تتناسب مع متطلبات العصر الحديث، والتـــي مـــن خلالهـــا يـــستطيع التربويين إعداد برامج علمية مقننة ترفد المتعلمين بالخبرات المعرفية والعملية اللازمة والتي تتماشى مع احتياجاتهم وميولهم ورغباتهم وخصائصهم المتنوعة.

ويعتبر التعلم التعاوني من أساليب التدريس الحديثة والذي يقوم على تقسيم الطلبة في مجموعات صغيرة يقوم أفرادها بالعمل سوياً لتحقيق هدف مشترك من خلال إيجـــاد حل للمشكلة المطروحة(سلامة، 2005) ويتميز التعلم التعـــاوني بتحـــسين المهـــارات الاجتماعية بين الطلبة ويكون الطالب في هذا الأسلوب محور العملية التعليمية من حيـــث دوره الأساسي في الأداء والتوجيه والتقويم، وكل ذلك يكون في صورة جماعيـــة تولـــد اتجاهات إيجابية نحو المادة المراد تعلمها وتساهم في إنشاء ظروف تعليمية مـــصـــحوبة بالتعاون والإبداع والانجـــاز،(martin, 2004).

وقد أكد خبراء أساليب التدريس والمناهج أن التعلم التعاوني يساهم فـــي عمـــل الطلاب معاً لتحقيق أهداف المجموعة (عبدالحكيم، 2003)، وبالتالي يـــشعر الطالـــب بمسؤوليته اتجاه نفسه ونحو مجموعته بأكملها، واستخدام هذه الإستراتيجية ينمي لـــدى الطلبة المهارات الحركية، المهارات الاجتماعية، العمل الجماعي، كذلك التغذية الراجعة وغيرها من المهارات المفيدة للطلاب (محمد، 2001).

ويؤكد الباحث على أراء العديد من الباحثين على أن اســـتخدام أســـلوب الـــتعلم التعاوني في التدريس بكونه مصدراً للتنويع في دروس التربية الرياضية، إذ انه يلبـــي ميول ورغبات المتعلم الذي يريد التعبير عن ذاته اذ يتكون لديه اتجاهات ايجابية نحـــو

المادة المراد تعلمها وبالتالي يكون للتعلم التعاوني دور فعال في تعلم المهارات الحركية، خاصة المهارات ذات الصعوبة العالية مثل رياضة السباحة.

تعتبر السباحة من الرياضات المفضلة لدى جميع الأجناس والأعمار المختلفة لما لها من مظاهر للبهجة والنشاط والحيوية، بل وتعتبر في مقدمة المهارات الحركية العامة والرياضية خاصة في المجال التعليمي التي يفضل أن يتعلمها الطفل خلال المراحل السنية الأولى، حيث القدرة على اكتساب وتعلم المهارات الحركية بوقت قصير بالمقارنة بمراحل النمو الأكبر (عبد المنعم، 2009).

وأشار كلٌّ من (عرابي وجرار، 2006) إلى أن السباحة كنشاط تعليمي هي من الأنشطة التي يتطلب القيام بها تحلي الفرد بالشجاعة بالإضافة إلى العديد من السمات الشخصية، وهي من الأنشطة التي تهدف إلى تنمية الفرد تنمية متزنة وبشكل شمولي والهدف إعداد الفرد ليكون فرداً منتجاً من أفراد المجتمع.

وتعتبر مادة السباحة من المواد الأساسية والفعالة في مناهج كليات التربية الرياضية والتي تتضمن أنواع مختلفة من السباحة، وتتكون من عدة مهارات مابين السهل والصعب وبين البسيط والمركب وتعتمد مهارات السباحة على بعضها البعض اعتماداً كلياً، ولذلك فأن اختيار الطريقة والأسلوب الأمثل له أهمية بالغة في نجاح العملية التعليمية في هذه الرياضة (القط، 2004).

## 2.1 أهمية الدراسة:

تشير الدراسات السابقة إلى مجال التعلم التعاوني كونه من أكثر استراتيجيات التعلم فاعلية في تحقيق الأهداف المعرفية والوجدانية والمهارية مقارنة مع استراتيجيات أخرى تتبع منهجاً تنافسياً يقوم على مبدأ محاولة كل طالب تقديم أفضل أداء مقارنة بأداء كل الطلبة، أو تلك التي تتبع منهجاً فردياً (السعيد، 2007).

**في ضوء ما تقدم يمكن توضيح أهمية الدراسة في النقاط التالية:**

1- إن استخدام أسلوب التعلم التعاوني يجعل العملية التعليمية أكثر تشويقاً ومتعة وبالتالي توصيل المعلومات للطلبة بسهولة وبدون ملل وجذب انتباههم وتثبيت الخبرات التعليمية لديهم.
2- يساهم استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تحقيق التفاعل بين الطلاب والمعلم والطلبة بعضهم البعض وإمكانية التغلب على مشكلات كثافة الطلبة في المحاضرات العملية.
3- تساهم هذه الطريقة في زيادة الدافعية وتنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلاب وتدريبهم على تحمل المسؤولية عند توزيع العمل عليهم.

### 3.1 مشكلة الدراسة:

إن قبول الطلبة الحالي بكليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على أساس معدلهم في الثانوية العامة وليس كما كان سابقاً على أساس اجتيازهم لاختبارات القدرات البدنية والمهارية وبالتالي قبول الكثير من الطلبة في تلك الكليات ممن لا يملكون قدرات بدنية ومهارية جيدة تمكنهم من اكتساب وتعلم المهارات الحركية لمختلف المساقات العملية الموجودة في الخطط الدراسية لتلك الكليات وبشكل كبير وخصوصاً مساق السباحة والذي يتضمن مهارات حركية صعبة تتم في وسط لم يتعود عليه الطالب ألا وهو الماء (أبو زمع 2010).

ومن هنا انبثقت فكرة هذه الدراسة لدى الباحث إذ يكون هناك عبءٌ كبيرٌ على مدرس مادة السباحة والمتمثل في زيادة وقته وجهده لمحاولته تحسين العملية التعليمية لمساق السباحة ولحل هذه المشكلة وجد الباحث أنه من الضرورة البحث عن طرق ووسائل حديثة ومتطورة تساهم في اكتساب الطلاب المهارات الأساسية للسباحة بشكل أفضل وأسرع والابتعاد عن الأساليب التقليدية والتي أصبحت مملة وغير مشوقة للمتعلم كما أنها لا تثير دافعيته للتطور والانجاز وذلك لاعتمادها شبه الكلي على المدرس في العملية التعليمية وعدم مراعاتها للفروق الفردية للطلاب وكذلك لا تمنح الطلاب

المشاركة الفعالة في الموقف التعليمي، وهذا ما أشار إليه كل من (النداف وأبو زمع،2003) إذ أن أساليب التدريس قد أحدثت تطورا كبيرا في عملية تدريس التربية الرياضية، إذ أن تنوع مجتمع الطلاب من حيث القدرات البدنية والمهارية والعقلية والميول والرغبات يحتم استخدام أساليب تدريس مختلفة تتوافق مع هذه المتغيرات، لذا فأن استخدام أساليب تدريسية متنوعة ومناسبة تعتمد على نظريات تربوية أثبتت نجاحها في مجال التدريس قد يحقق الارتقاء في مستوى نواتج التعلم والتي منها أسلوب التعلم التعاوني، والذي يؤكد على تفاعل المدرس والطالب من خلال مواقف تعليمية تساعدهم على أبراز أهداف التعلم من خلال الخبرات المقدمة والتي تمثل تحدياً لتفكير الطالب، ولذلك ارتأى الباحث استخدام هذا الأسلوب في تعليم المهارات الأساسية في السباحة.

### 4.1 **أهداف الدراسة**:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الأساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة.

### 5.1 **فرضيات الدراسة**:

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.
2- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.
3- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

## الفصل الثاني

## الاطار النظري والدراسات السابقة

### 1.2 الاطار النظري

**أسلوب التعلم التعاوني:**

إن عمليات تطوير المناهج الدراسية والأخذ بأحدث الاتجاهات في تدريسها والاستعانة بوسائل التقدم التكنولوجي في تنفيذها، والعناية بعملية إعداد المعلم وغيرها تشكل أهداف وغايات تربوية جديرة بالاهتمام لكنها ستظل محدودة ما لم تتجه النية إلى خلق مناخ تعليمي يحقق التوازن بين إثارة القدرة على التحصيل المعرفي وإثارة القدرة الابتكارية لدى المعلمين ومن اجل هذا أصبح التربويون في القرن الحادي والعشرين يعتنون بالكيفية التي تمكن الطلاب من تحقيق تعلم أفضل أكثر من عنايتهم بالكيفية التي تمكن المعلم من تقديم درس أفضل. وإلى تغير في طرق التدريس التي تتمحور حول المعلم مثل الإلقاء والمناقشة، التي يقودها عادة المعلم، إلى الأنشطة التي تتمحور حول الطالب نفسه مثل أسلوب حل المشكلات أو التعلم التعاوني. (سليمان، 2005).

وقد بدأ الاهتمام بدراسة التعاون والتفاعل في المواقف التعليمية في مجال التربية الرياضية، ومن ثم ظهرت دراسات في تحليل التفاعل والسلوك التدريسي في المواقف التعليمية المختلفة، وتشجيع التلاميذ في العمل داخل مجموعات أو محطات لتطبيق مهارات متشابهة داخل نطاق المجموعات أو مهارات مختلفة داخل نطاق نفس المجموعات ومن نتائج الدراسات التي طبقت في المجال الرياضي أن التلاميذ الذين تعلموا في مجموعات متعاونة اكتسبوا تعلم حركي أفضل وسلوكيات اجتماعية مهمة (كالتعاون - الولاء – قيادة – الانتماء) إلى جانب تفوقهم في الأداء الحركي – لذا تزايد الاهتمام بضرورة تدريب الطلاب المعلمين على إستراتيجية التعلم التعاوني (محمد، 2001).

ويقوم التعلم التعاوني على تقسيم الطلاب إلى مجموعات صغيرة متجانسة، تعمل معاً من أجل تحقيق أهداف تعليمية تساهم في إيجاد هيكلية تنظيمية لعمل مجموعة الطلبة بحيث ينغمس كل أعضاء المجموعة في التعلم وفق أدوار واضحة ومحددة، مع تأكيد أن كل عضو من المجموعة يتعلم المادة التعليمية المطلوبة منه (زايد، 2007).

وأشار (السعيد،2007) إلى أن التعلم التعاوني يقوم على فكرة مضمونها أن التعلم يكون أجدى وانفع عندما يحدث من خلال العمل الجماعي للطلاب وأن على الجامعات أن تبتعد عن نمط التعلم الفردي أو التنافسي السائد بها وتتجه إلى التعلم التعاوني الذي تتعلم فيه كل مجموعة من الطلاب بشكل تعاوني معاً بحيث يكون الطالب مسؤول عن تعليم ذاته من ناحية وعن مساعدة بقية زملائه في المجموعة على تحقيق أكبر قدر ممكن من التعلم.

وقد أشار (محمد، 2001) إلى أن التعلم التعاوني هو نموذج تدريسي، يقوم فيه التلاميذ بأداء المهارات المتعلمة مع بعضهم البعض مع المشاركة في الفهم والحوار والمعلومات المتعلقة بالمهارات ، كما يساعد بعضهم البعض في عملية التعلم، وأثناء هذا الأداء والتفاعل الفعال تنمو لديهم الكفايات الشخصية والاجتماعية الإيجابية.

وتعرف (سليمان، 2005) إستراتيجية التعلم التعاوني بأنها إستراتيجية تدريس تعتمد على مبدأ تعلم الطلاب في الصف في موضوع دراسي معين في صورة مجموعات تعاونية صغيرة لأجل تحقيق أهداف أكاديمية وأهداف لتنمية المهارات التعاونية ويحفزون أولاً لتعلم هذا الموضوع ويوجهون إلى القيام في مهام تعاونية معينة تتعلق به وفق معايير محددة للنجاح في تلك المهام.

وتعرف (الفالح،2004) إستراتيجية التعلم التعاوني بأنه إستراتيجية تدريسية تعتمد على عمل مجموعات صغيرة غير متجانسة من 4-6 أفراد مع بعضهم البعض من اجل تحقيق أهداف مشتركة، حيث توجد علاقة ايجابية بين تحقيق الفرد لهدفه وتحقيق الآخرين لأهدافهم، فلا يستطيع الفرد تحقيق هدفه إلا إذا استطاع الأفراد

الآخرون تحقيق أهدافهم وفيه لا يكون أفراد المجموعة فقط مسؤولين عن تعلم المادة التي تقدم لهم ولكن أيضا مساعدة زملائهم على التعلم والفهم والاستيعاب.

ويعرفه (كوجك،1992) على انه إحدى استراتيجيات التعلم القائمة على العمل في مجموعات من اجل تحقيق هدف محدد بحيث يصبح كل فرد فيها مسؤولاً عن نجاح أو فشل المجموعة، لذا يسعى كل فرد إلى التعاون مع باقي أفراد المجموعة من اجل تحقيق الهدف المشترك.

ويعرفه كلاً من (Eggen,p. & Johnson,1996) بأنه مجموعة من الاستراتيجيات التعليمية التي تتضمن العمل الجماعي للطلاب داخل مجموعات صغيرة للوصول إلى الأهداف المرغوبة ويعمل على تحسين بعض المهارات مثل اتخاذ القرار الجماعي ومشاركة الطلاب وتحمل المسئولية، ويعطي الفرصة لجميع الطلاب لكي يتفاعلوا ويتعاملوا معاً.

كما ويعرف (Abrami,1995) التعلم التعاوني على أنه إستراتيجية تعليمية يقوم فيها التلاميذ بالعمل معاً في مجموعات مصممة بعناية لتحفيز الاعتماد المتبادل الايجابي بين الطلاب داخل كل مجموعة ويتلازم هذا الاعتماد المتبادل مع المسؤولية الفردية بحيث يصبح الطلاب مسؤولين عن التعلم بأنفسهم ومساهمين في نفس العمل الجماعي مع الآخرين.

**فوائد ومميزات التعلم التعاوني:**

لقد أشار (زايد،2007) أن لإستراتيجية التعلم التعاوني فوائد عدة من أهمها :

1- يحقق تحصيلاً أعلى ويزيد الاحتفاظ بالتعلم.
2- يزيد من استخدام مهارات التفكير الناقد.
3- ينمي اتجاهات وعلاقات أكثر ايجابية مع الزملاء بغض النظر عن الطبقة الاجتماعية والجنس والقدرة والعرق.
4- يزيد من مهارات المشاركة والمهارات الاجتماعية اللازمة للعمل الفعال مع الآخرين.

ولقد أكد (السعيد،2007) على أن التعلم التعاوني يمتلك مميزات وأثار ايجابية في العملية التعليمية والتي منها:

1- تعمل مجموعات التعلم التعاوني على تطوير عملية تبادل الأفكار بين التلاميذ ومن ثم إثراء وتطوير خبراتهم التعليمية.
2- يعمل التعلم التعاوني على زيادة فعالية الطلبة للانجاز وخفض القلق والتوتر الدراسي لهم من خلال انتشار روح المحبة بين أعضاء المجموعة.
3- يتعلم الطلبة من خلال التعلم التعاوني كيفية التواصل الفعال وتنمية العلاقات وبناء الثقة وتقبل أراء الآخرين كما ينمي الإحساس بالمعنى والقيم الأكاديمية.
4- ينمي التعلم التعاوني القدرة الإبداعية لدى الطلبة كما ينمي القدرة على التفكير ألابتكاري وحل المشكلات ويتيح الفرصة للوصول إلى مستويات عليا من التفكير.

كما أشارت (سليمان،2005) إلى أن استخدام التعلم التعاوني في التدريس له فوائد في حل المشكلات وتنمية التفكير ألابتكاري وأن الطلاب يتعلمون من خبراتهم، وأن المشاركة النشطة في جماعات صغيرة تساعدهم على تعلم مهارات اجتماعية هامة وفي الوقت نفسه يساهم ذلك على تنمية الاتجاهات الايجابية وإثراء العملية التعليمية التربوية.

وقد أشار ( Johnson&Johnson,1995) إلى أن لإستراتيجية التعلم التعاوني عدة مميزات ومن أهمها:

1- يسهم في زيادة مستوى التحصيل الدراسي بدرجة أفضل من الطرق التقليدية، في مختلف المراحل العمرية.
2- يؤدي إلى تنمية الجوانب الانفعالية كالاتجاهات والميول نحو المادة الدراسية.
3- يؤدي إلى تحسين مهارات اللغة والقدرة على التعبير.
4- يساعد في تنمية القيم الخلقية والقدرة على حل المشكلات.
5- يغرس الثقة في نفوس الطلاب نتيجة نجاحهم في تحقيق مهام أكثر تعقيداً.

6- يجعل الطالب ينظر إلى معلمه نظرة احترام وتقدير نظراً للدور الذي يقوم به كمرشد وليس كملقن.

**دور معلم التربية الرياضية في أسلوب التعلم التعاوني:**

وقد أكد (محمد، 2001) أن لمعلم التربية الرياضية دور مهم في أسلوب الـتعلم التعاوني والذي يتضمن الأمور التالية:

1- تحديد الأهداف التعليمية والتربوية. يجب على المعلم أن يحدد أهداف الدراسـة بوضوح تام سواء كانت أهداف تعليميـة (تعلم مهارة الوثب الطويل) أو أهداف تربوية (النظام – التعاون) ثم نأتي إلى سؤال هام ألا وهو.. مـا هـو الـسلوك الحركي الذي ينبغي على كل تلميذ في المجموعة أن يكون قادراً على أدائه فـي نهاية الدرس ؟

2-تحديد عدد المجموعة. لا يوجد عدد معين أمثـل لتكـوين مجموعـات العمـل التعاوني ولكن يمكن للمعلم أن يقسم الفصل إلـى أربعـة أو خمـسة أو سـت مجموعات حسب أعداد التلاميذ وحسب خبراتهم ومهمة العمل بالإضـافة إلـى الإمكانات المساعدة (الأدوات والأجهزة المستخدمة فـي تعلـيم المهـارات أو لتحسين صفات بدنية)

3-تكوين المجموعات. هناك العديد من الأساليب التي يمكن للمعلم أن يحـدد بهـا أفراد كل مجموعة على حدة، ولكن يتوقف ذلك على الهدف من التعلم التعـاوني ومنها:

(1) الاختيار العشوائي.

(2) اختيار عمدي.

وكذلك أكد (زايد،2007) على دور المعلم في التعلم التعاوني حيث ذكر أنه ليس هناك ما يستدعي أن تقوم مجموعات التعلم التعاوني بالعمل على مهمات طويلة ومعقدة، وكثيراً ما تجد هذه المجموعات صعوبة في نجاحها، لان المهمات الأولية التي تضطلع

بها تكون معقدة للغاية، ولذا يتوقع من المعلم عند البدء في تكوين المجموعات التعاونية أن يختار المهمات التعليمية السهلة وأن يستعمل أساليب متنوعة.

وذكر (السعيد،2007) أن دور المعلم في إستراتيجية الـتعلم التعـاوني يكـون موجهاً ومرشداً وميسراً لعملية التعلم ومصدراً للمعرفة وليس ناقلاً لها، فهو يؤدي دوراً حساساً في مساعدة الفريق على وضع الأهداف وتقديم مصادر التعلم له وتقديم التغذيـة الراجعة البناءة لأدائهم، وتعديل سلوكياتهم غير المرغوب بها.

وقد أكدت (سليمان،2005) على دور المعلم في التعلم التعاوني بأنه دور الموجه لا دور الملقن وعلى المعلم أن يتخذ القرارات بتحديـد الأهـداف التعلميـة وتـشكيل المجموعات التعلمية كما أن عليه شرح المفاهيم والاستراتيجيات الأساسية ومن ثم تفقد عمل المجموعات التعليمية وتعليم الطلاب مهارات العمل للمجموعات الصغيرة وكذلك تقييم تعلم الطلاب المجموعة باستخدام أسلوب تقييم محكي المرجع.

**دور الطالب في أسلوب التعلم التعاوني:**

يتميز دور الطالب في التعلم التعاوني بالايجابية، فهو فعال في إنجاز المهام التي توكل إليه ضمن المجموعة التي يعمل معها، ويقوم بالعديد من الأدوار منها البحث عن المعلومات والبيانات وجمعها وتنظيمها وانتقاء المعلومات المتصلة بالـدرس، وتوجيـه زملائه بالمجموعة نحو انجاز المهام والتفاعل مع الآخـرين فـي الإطـار الجمـاعي التعاوني، وربط الخبرات السابقة بالمواقف الجديدة، والإسهام بوجهـات نظـر تنـشط الموقف التعليمي ( Johnson&Johnson,1992).

ويضيف (السعيد،2007) أن للطالب دور داخل فصل التعلم التعاوني حيث يتغير دور الطالب في مجموعات التعلم التعاوني من المتلقي السلبي إلى الباحـث التعـاوني، فالطلاب هم الذين يطرحون الأفكار ويثيرون الأسئلة والقواعد والمفاهيم وتتعـدد ادوار الطلاب في التعلم التعاوني فمنهم من يأخذ دور القائد ودور الشارح ودور المقرر ودور المراقب، ويجب الانتباه إلى أن الطلاب الأكثر دافعية لديهم اتجاهات اكبر نحو الـتعلم

التعاوني وتحقيق الأهداف وهم يدركون أهداف التعلم ويشعرون أن مـــشاركتهم المعلـــم هي مسؤوليتهم الفردية لنيل اعلي الدرجات.

كما أكدت (سليمان،2005) على دور الطالب في التعلم التعاوني من خلال أدائه للمهام التالية:

1- مشاركته للآخرين في الأفكار والمشاعر على أن يكون لديه القدرة على تقبـــل أفكار ومشاعر الآخرين.
2- تعبيره عن الفكرة بوضوح وبفعالية بحيث يفهمها الآخرون بسهولة.
3- توجيه الآخرين نحو إنجاز المهام مع الاحتفاظ بالعلاقات الطيبة والايجابية بين الأفراد.
4- حل الخلافات بين الأفراد وما قد يحدث من سوء تفاهم بينهم أو تعارض بـــين أرائهم.
5- تقديره للمساهمة مع الآخرين في العمل والتخلي عن الأنانية والتحيز.
6- تنشيطه للخبرات السابقة وربطها بالخبرات والمواقف الجديدة.
7- جمعه للمعلومات والبيانات وتنظيمها.
8- تنظيمه للخبرات وتحديدها وقيامه بصياغتها.

**السباحة:**

تعتبر الرياضات المائية وبخاصة السباحة من الأنشطة المحببة إلى النفس نظراً لإسهاماتها المباشرة في قنوات التطور البنائي للأفراد الممارسين، وتنبثق قيمة السباحة من أثارها الايجابية التي تحدد صحة الفرد وسلوكياته ونمط حياته، فهي تـــؤثر علـــى الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان كالجهاز العضلي والعصبي والجهاز القلبي الدوراني والجهاز التنفسي وغيرها، إضافة إلى أثرها في المجال المعرفـــي بمـــستوياته وكـــذلك المجال الوجداني الانفعالي (عرابي و مسمار،1994)

تعد السباحة إحدى الأنشطة المائية المتعددة التي يستخدم بها الفرد جسمه للتحـــرك خلال الوسط المائي الذي يعد غريباً نوعاً ما عليه بصفته وسطاً يختلف كلياً عن الوســـط

الذي اعتاد التحرك فيه فالوضع الذي يتخذه بالماء مختلف كلياً عنه بالأرض بالإضافة إلى تأثيرات ضغط الماء على جسم السباح والتي تحدث عنده تغيرات فسيولوجية في الأجهزة الداخلية بالإضافة إلى التأثيرات النفسية في الوسط الغريب وتعرضه للكثير من الانفعالات (حسين واحمد، 2000).

وقد أشارت (عبدالحميد،2009) إلى أن الدول أخذت تهتم بتعليم السباحة لعدة نواحي وأول هذه النواحي هي أنها تعطي الجسم الصحة العامة لأنها تحرك كافة أجزاء الجسم، وأما رياضياً فان الدول تهتم بتدريب السباحة ولذلك لأجل الحصول على اكبر عدد من الميداليات في الدورات الاولمبية والعالمية.

**وقد ذكر (عبد المنعم،2009) أن للسباحة فوائد كثيرة نوجزها فيما يلي:**

1- تعتبر رياضة السباحة من أفضل الرياضات بالتخلص من الوزن الزائد والذين لديهم مشاكل في المفاصل والأربطة بالجسم.
2- تساعد رياضة السباحة في علاج الكثير من الحالات النفسية كالتوتر العصبي والانطواء والقلق.
3- تعتبر السباحة من أفضل الرياضات لصقل العضلات والحفاظ على قوام سليم رشيق.
4- تساعد السباحة على استرخاء الجسم والعقل ورفع الروح المعنوية لدى الأفراد.
5- تكسب السباحة ممارسيها مجموعة من الصفات الاجتماعية كالتعاون والتواصل والتعرف على أفراد آخرين ولاسيما في مواقف الإنقاذ وحسن التصرف.

ويرى الباحث أن السباحة هي من أفضل الرياضات في تنمية القدرات البدنية والصحية وكذلك هي وسيلة فعالة في إكساب الفرد المتعة والسرور والبهجة وخصوصاً إذا مورست بشكل جماعي فهذا يؤدي إلى تنمية النواحي الاجتماعية من تواصل وتفاعل بين الأفراد وكذلك فرصة لزيادة أواصل المعرفة والصداقة كما أن تعلم السباحة يساهم في الوقاية من الغرق ومساعدة الآخرين عند التعرض لخطر الغرق.

**المهارات الأساسية للسباحة:**

1- الإحساس بالماء: أن أهم شيء يقوم به المعلم في الدروس الأولى في التعليم هو إبعاد الخوف عن المبتدى وذلك بتحبيب الجو الجديد الذي يمارسه المبتدى لأول مرة وهو محيط غريب عليه. ويجب العناية باختيار التمارين المناسبة والمشوقة التي تساعد على تعويد المبتدى على هذا المحيط، وهذا يعتمد أساساً على اختيار التمارين التي تساعد على التكيف لهذه الحالة الجديدة (ذياب، 2010).

وأشار (حسين واحمد،2000) أنه عندما يتعلم المبتدئ طريقة السباحة لابد له أن يتأقلم مع المحيط الجديد (الماء) فحركاته الانتقالية خلال الماء تتطلب وضع الجسم بشكل أفقي كما أن عليه استخدام أطرافه الأربعة بأسلوب يمكنه من استثمار الخصائص الفيزيائية للماء للحصول على الدفع المناسب.

2- التنفس: يعتبر التنفس الصحيح أمراً فعالاً وهاماً لتأثيره على الأداء في الأنشطة الرياضية وبصفة خاصة مع الأنشطة التي تتطلب التحمل، وأكثرها أهمية السباحة حيث يؤدي أخذ التنفس بطريقة سليمة إلى المحافظة على الإيقاع الأمثل للأداء (القط، 2004).

وأشار (عبدالحميد،2009) انه يجب الاهتمام بعملية التنفس والتركيز عليها لكي تسهل عملية التعلم، وان عدم ضبط عملية التنفس سيؤدي إلى اضطراب الشهيق والزفير بسبب دخول الماء إلى فم المبتدئ أو انفه.

3- الطفو: هو من أهم المهارات التي يجب تعلمها لأنها الأساس لتعلم السباحة وبتعلمها يزول الخوف والتوتر ويزول التشنج الذي يصاحب المبتدئين على أن يبدأ بتمرينات للتنفس لزيادة الثقة تتبعها تمرينات الطفو (حسين واحمد، 2000). وأشار(رزق،2005) بأن الطفو يعتبر إحدى صفات جسم الإنسان وهي مهارة لا تحتاج إلى تعليم أكثر منها قناعة، وان هناك عناصر مهمة تسيطر على الطفو والتي منها كتم النفس (السيطرة على كتم كمية التنفس) وكذلك وضع الجسم (التوازن) وأخيراً الاسترخاء.

4-الانزلاق على الظهر والبطن: يعتبر الانزلاق الخطوة الحاسمة للانتقال من أُمية السباحة إلى تعلم السباحة حيث يتعلم الرياضي دفع جسمه من حائط الحمـــام أو من الأرض والانزلاق خلال الماء في وضع أفقي، عندما يـــتعلم ذلـــك يمكنـــه استخدام أطرافه بكفاءة بتحريك جسمه في الماء (القط، 2004).

وأشار (Reischle,2000) أن مهارة الانزلاق على الماء تعتبر من المهـــارات الأساسية والهامة في العملية التعليمية، حيث يجب على المدرس إعطائها الوقت الكافي لكي يتخذ الجسم الوضع الانسيابي السليم وتتم عن طريق مد الذراعين كـــاملاً، بحيـــث يكون العضدان مجاورين للأذنين والرجلين متقاربتين.

5- ضربات الرجلين: تعتبر ضربات الرجلين مهمة بالنسبة لتعلم المبتدئ الـــسباحة ويجب على المعلم أن يركز على تمارينها والاهتمام بها وذلك لكونها تساعد على رفع مركز ثقل الجسم عن مركز جاذبية الأرض، وإذا تعلـــم المبتـــدئ الجملـــة بصورة صحيحة وطبقها بالماء ستسهل له عملية القيام بالتمارين الباقية في تعلم السباحة (عبدالحميد، 2009).

وأكد القط (2002) أن حركات الرجلين أحدى مصادر القوى المحركـــة لجـــسم السباح وإكسابه السرعة خلال الماء.

## 2.2 الدراسات السابقة:

أجرى كلٌّ من (خصاونة وذيابات وأبو كشك،2011) **دراسة بهدف التعرف إلى تأثير التدريس باستخدام أسلوب الـــتعلم التعـــاوني علـــى مـــستوى الأداء المهـــاري واتجاهات الطالبات نحو رياضة الجمباز**، وتكونت عينة الدراسة من (20) طالبة مـــن طالبات كلية التربية الرياضية المسجلات في مساق الجمباز خلال الفـــصل الدراســـي الثاني من العام الجامعي 2010/2009، وقد تم استخدام المنهج التجريبي في الدراســـة وقد تم تطبيق البرنامج التعليمي بإستراتيجية التعلم التعاوني لمهارات الجمبـــاز علـــى جهاز عرض التوازن لمدة (6) أسابيع على عينة الدراسة، وقد تم استخدام المتوسطات

الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) في المعالجات الإحـصائية، وأظهـرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند التدريس باسـتخدام إسـتراتيجية التعلم التعاوني بين القياسين البعدي والقبلي ولصالح القياسات البعدية، ودلـت النتـائج أيضاً على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستخدام أسلوب الـتعلم التعـاوني فـي اتجاهات طالبات كلية التربية الرياضية نحو رياضة الجمباز.

أجرى (أبو زمع،2010) دراسة بهدف **التعرف إلى أثر استخدام كل من أسلوب التعلم التعاوني وتكنولوجيا الحاسوب في تعلم مهارات سباحة الصدر**، ومعرفة الفروق بين أسلوب التعلم التعاوني واستخدام تكنولوجيا الحاسوب في تعلـم سـباحة الـصدر وتكونت عينة الدراسة من 24 طالباً من كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة. وقد تـم توزيعهم إلى مجموعتين متكافئتين، حيث المجموعة التجريبية الأولى والتي تم تدريسها بالأسلوب التعاوني والمجموعة التجريبية الثانية التي تم تدريسها باستخدام تكنولوجيـا الحاسوب، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أسلوب التعلم التعاوني واستخدام تكنولوجيـا الحاسوب قد اثر بصورة ايجابية في تعلم واكتساب مهارات سباحة الصدر ودلت النتائج إلى أن أسلوب التعلم التعاوني أكثر فعالية من استخدام تكنولوجيا الحاسوب فـي تعلـم وتنمية مهارات سباحة الصدر.

قام (علي،2008) بدراسة هدفت التعرف على **تأثير استخدام كل مـن أسـلوبي التعلم التعاوني والتعلم التبادلي على مستوى أداء بعض المهارات الهجوميـة بكـرة اليد**، ومعرفة دلالة الفروق بين الأسلوبين على بعض المهارات الهجومية بكرة اليد، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم الطلاب المسجلين في المـــــــــجموعتين (2،1) لمقرر كرة اليد (1) بقسم التربية البدنية والرياضة بكلية التربية الأساسـية فـي الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت والبالغ عددهم (38) طالبـاً تـم تقسيمهم لمجموعتين تجريبيتين، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن كلاً من أسلوبي الـتعلم التعاوني والتبادلي لهما تأثير إيجابي وفعال على تعلم وتنمية بعض المهارات الهجومية في كرة اليد، ودلت النتائج أن البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعـاوني لـه

الأثر الأكبر من أسلوب التعلم التبادلي على تعلم وتنمية بعض المهارات الهجومية في كرة اليد.

وأجرى كلٌّ من (الربابعة ومسمار،2006) دراسة هدفت إلى التعرف **على تأثير التعليم الزمري (التعاوني) في تعلم مهارة العجل البشري، والفروق في التعلم تبعاً لمتغير الصف والمدرسة**، وتكونت العينة من الصفين السابع (135) طالب والتاسع (132) من مدرستين في محافظة الطفيلة الأردنية، وقسموا إلى مجموعات صغيرة تعمل بطريقة التعليم الزمري (التعاوني)، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصفين في أداء المهارة ولكن كان هناك تفوق بسيط من الصف السابع، ودلت النتائج على وجود فروق ذات جزئية بين المدرستين في الجزء الثالث من المهارة ولصالح مدرسة بصيرا الثانوية الشاملة للبنين.

وقامت (شاهين،2006) بدراسة هدفت إلى التعرف على **تأثير استراتيجيات التعلم التعاوني باستخدام الكاميرات الديجتال والأسلوب الزوجي على اتجاهات الطالبات نحو مادة الجمباز**، وتم استخدام المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (61) طالبة تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات: مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة. وأظهرت النتائج وجود تأثير إيجابي لأساليب التدريس الثلاثة على مستوى الأداء المهاري، وعلى اتجاهات الطالبات نحو مادة الجمباز.

قامت (المقداد،2006) بدراسة هدفت إلى التعرف على **اثر التعلم التعاوني على اكتساب بعض المهارات الهجومية في لعبة المبارزة على طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل** وبلغت عينة الدراسة (28) طالباً، وقد تم استخدام المنهج التجريبي في الدراسة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين المجموعة التجريبية واستخدمت الاسلوب التعاوني، والمجموعة الضابطة استخدمت الأسلوب التقليدي المتبع في تدريس مادة المبارزة، وقد توصلت الدراسة إلى أن اسلوب التعلم التعاوني كان أكثر فعالية في تعلم الحركات الهجومية في المبارزة لدى أفراد المجموعة التجريبية.

قام (قنصوه،2006) بدراسة هدفت إلى التعرف **على اثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية وعلى مستوى التحصيل المعرفي في رياضة الجمباز لدى طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة أسيوط** فقد بلغت العينة (40) طالباً واستخدم الباحث المنهج التجريبي وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني قد كان له أثر ايجابياً على ارتفاع مستوى الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لمهارات الجمباز.

قام كلٌّ من (الشريفي والزبيدي،2006) بدراسة هدفت إلى **الكشف عن اثر استخدام أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والامري في تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم،** وقد تم استخدام المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث على عينة بلغت (80) طالباً من طلاب كلية المعلمين بجامعة الموصل، وقد تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات تجريبية وقد توصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية استخدام أسلوب التدريس الفردي في تنمية جميع المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم، فأسلوب التعلم التعاوني والتبادلي ساهم في تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

وقام (العقاد،2005) بدراسة هدفت **إلى معرفة تأثير التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم وتقدير الذات المهارية لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي من الصم والبكم وإلى الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم وتقدير الذات،** واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث على عينة قوامها (48) تلميذ، وقسموا إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة وقد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن التعلم التعاوني له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري في كرة القدم وتقدير الذات المهارية في كرة القدم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من الصم والبكم وإلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي عن القياس القبلي في جميع المهارات الأساسية في كرة القدم وتقدير الذات المهارية في كرة القدم.

وأجرى (الحايك،2004) دراسة **هدفت التعرف إلى أثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريب كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة لطلبة كلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحو مادة كرة السلة**، وتكونت عينة الدراسة من (49) طالباً وطالبة من المسجلين في مساق كرة السلة، ودلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهوم الذات ومقياس الاتجاهات ولصالح المجموعة التجريبية، ودلت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على المقياسين تعزى للجنس.

وأجرى (Martin,2004) دراسة هدفت للإجابة عن التساؤل **التالي (كيف يتأثر الأسلوب التعاوني لطلاب الصف السادس بعد مشاركتهم في الأنشطة التعاونية في التربية الرياضية)**، وتكونت عينة الدراسة من (50) تلميذاً من الصف السادس من مدرسة الباما وتم تقسيمهم لمجموعتين ذكور (28) وإناث (22) وقد أظهرت نتائج الدراسة تطور المهارات الاجتماعية الإيجابية والتي من أهمها كيفية العمل مع بعضهم البعض بشكل أفضل وتطور الصفات القيادية لدى أفراد العينة وتطور حسن التصرف في المواقف المختلفة وأيضا القدرة على إتباع الأوامر بما يسهل الوصول للهدف المنشود.

وأجرى (Dayson,2002) دراسة هدفت الى **التعرف إلى وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية وطلبة الصفين الثالث والرابع الأساسيين باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في تدريس التربية الرياضية**، وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن مدرسي التربية الرياضية لديهم وجهات نظر متشابهة حول أسلوب التعلم التعاوني في مجالات أهداف الدرس، ودور الطلاب في الدرس، ومهارات الاتصال، وعمل الطلاب معاً، وزمن الأداء في الدرس، كما توصلت الدراسة إلى أن هناك أثراً إيجابيا في استخدام هذا الأسلوب في تدريس التربية الرياضية.

أجرى (Barrett,2001) دراسة هدفت **إلى التعرف على تأثير إستراتيجيتين للتعلم التعاوني على زمن التعلم الأكاديمي، أداء التلاميذ، والسلوك الاجتماعي لتلاميذ المرحلة السادسة في التربية الرياضية** وتم استخدام المنهج التجريبي بطريقة تدوير

المجموعات على عينة قوامها ثمانية تلاميذ في مدارس التربية الرياضية وقسمت إلى مجموعتين تجريبيتين، كل مجموعة خضعت لطريقة مختلفة للتعلم التعاوني، ومن نتائج هذه الدراسة فعالية كل من الطريقتين للتعلم التعاوني في الاستفادة من الزمن الكلي للدرس، بالإضافة إلى تحسن قدرة التلاميذ في أداء المهارات، ووجود سلوك تفاعلي بين التلاميذ.

أجرى (Huang,2000) دراسة هدفت **الى معرفة أثر استخدام استراتيجيات النمذجة، والفيديو التفاعلي، والتعلم التعاوني، والأداء الفردي، على تعلم الأداء الحركي لمهارة المرجحة في رياضة الغولف واتجاهات الطلبة نحو هذه الاستراتيجيات**، واستخدم الباحث المنهج التجريبي والوصفي على عينة بلغت (120) طالباً من طلاب الجامعة وقد تم تقسيمهم عشوائياً في المجموعات التدريسية لتعليمهم مهارة المرجحة في رياضة الغولف بعد تصنيفهم إلى نوعين: القدرة العالية والقدرة الأقل، وتم قياس مستوى الأداء الحركي، واتجاهات الطلبة بعد انتهاء التجربة، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب الذين تم تعليمهم باستخدام إستراتيجية النمذجة قد حققت أفضل النتائج بين المجموعات التدريسية الأخرى في مستوى الأداء الحركي، أما في اتجاهات الطلاب نحو استخدام هذه الاستراتيجيات فأن الطلاب الذين تعلموا باستخدام إستراتيجية النمذجة وذوي القدرة العالية كانوا أكثر ايجابية من الطلاب ذوي القدرة الأقل، وأعلى من الطلاب الذين استخدموا إستراتيجية الفيديو التفاعلي وذوي القدرة العالية،أما اتجاهات الطلبة ذوي القدرة الأقل نحو التعلم التعاوني فكانت ايجابية أكثر من الطلاب ذوي القدرة العالية، ولم تظهر أي فروق بين اتجاهات الطلاب ذوي القدرة الأقل الذين تعلموا باستخدام إستراتيجية النمذجة والفيديو التفاعلي.

**التعليق على الدراسات السابقة:**

يتضح من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة بان هنالك العديد من الدراسات التي تم إجراؤها للتعرف على اثر أسلوب التعلم التعاوني على تعلم وتحسين مستوى الأداء المهاري لمختلف الألعاب الرياضية ولقد لاحظ الباحث أن اغلب هذه الدراسات

استخدمت المنهج التجريبي خلال تطبيق برنامج التعلم التعاوني على المجموعة التجريبية وأكدت هذه الدراسات على أهمية وايجابية استخدام التعلم التعاوني في تحسين تطوير المهارات الحركية لمختلف الرياضات بشكل عام ورياضة السباحة بشكل خاص.

**وقد استفاد الباحث من الاطلاع على هذه الدراسات السابقة في الأمور التالية:**

1- فهم مشكلة الدراسة.

2- صياغة الأهداف والفرضيات المناسبة لهذه الدراسة.

3- استخدام الأدوات والوسائل والاختبارات المناسبة.

4- الاستفادة منها في إعداد البرنامج التعليمي.

5- اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة.

ويعتقد الباحث إن الدراسة الحالية ستكون سباقة في استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعليم المهارات الأساسية في السباحة في مساق السباحة (1) وبالتالي إعطاء دور كبير للطالب بان يكون معلماً ومتعلماً في نفس الوقت وأيضا تحسين المهارات الاجتماعية بين الطلبة.

**مصطلحات الدراسة:**

1- **السباحة**: السباحة هي التي يتم استخدام فيها الوسط المائي كوسيلة للتحرك فيه عن طريق الدفع والتسيير للجسم أماماً بقوة تساعد السباح على قطع المسافة المحددة بأقل زمن نتيجة التوافق بين ضربات الرجلين وحركات الذراعين وانسياب الجسم للأمام وتعتبر الرجلين والذراعين من أهم وسائل إنتاج الحركة وزيادة السرعة التي تدفعه عبر الماء (رزق،2003).

2- **أسلوب التعلم التعاوني**: إحدى أساليب التعلم القائمة على العمل في مجموعات من اجل تحقيق هدف محدد بحيث يصبح كل فرد فيها مسؤولاً عن نجاح أو فشل المجموعة، لذا يسعى كل فرد إلى التعاون مع باقي أفراد المجموعة من أجل تحقيق الهدف المشترك (كوجك، 1992).

3- **التعلم التعاوني**: يقوم على فكرة مضمونها أن التعلم يكون أجدى وانفــع عنــدما يحدث من خلال العمل الجماعي للطلاب وأن على الجامعات أن تبتعد عن نمط التعلم الفردي أو التنافسي السائد بها وتتجه إلى التعلم التعاوني الذي تتعلم فيه كل مجموعة من الطلاب بشكل تعاوني معاً بحيث يكون الطالب مسؤول عن تعليم ذاته من ناحية وعن مساعدة بقية زملائه في المجموعة على تحقيق أكبر قــدر ممكن من التعلم.(السعيد،2007).

4- **المهارات الأساسية للسباحة**: هي المفردات التي يجب أن يكتسبها الفرد خــلال المرحلة الأولى من تعليم السباحة وتتضمن الإحساس بالماء والتــنفس والطفــو والانزلاق وضربات الرجلين وتعتبر أساس وتمهيد لتعلم طرق السباحة المختلفة. (تعريف إجرائي).

**محددات الدراسة:**

1- المحدد المكاني: مسبح كلية علوم الرياضة – جامعة مؤتة – الأردن.

2- المحدد الزماني: العام الجامعي الدراسي 2013/2012.

3- المحدد البشري: طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة للفصل الثاني من العام الدراسي 2013/2012 والمسجلين في مساق السباحة (1).

## الفصل الثالث

## المنهجية والتصميم

### 1.3 منهجية الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

### 2.3 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة والمسجلين في مساق السباحة (1) للفصل الثاني للعام الدراسي 2013/2012 والبالغ عددهم 57 طالباً.

### 3.3 عينة الدراسة:

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة وممن لديهم قدرة محدودة من المهارات الأساسية في السباحة، حيث تكونت عينة الدراسة من (30) طالباً تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين وكما يلي:

1- المجموعة التجريبية وتكونت من (15) طالباً، وقد تعلمت المهارات الأساسية للسباحة باستخدام اسلوب التعلم التعاوني.
2- المجموعة الضابطة وتكونت من (15) طالباً، وقد تعلمت المهارات الأساسية للسباحة باستخدام الأسلوب التقليدي.

**جدول (1)**

**نتائج اختبار (ت)**

**لدلالة فروق المتوسطات للعمر والطول والوزن بين المجموعتين في القياس القبلي**

| المتغيرات | المجموعة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| العمر | التجريبية | 20.93 | 1.98 | 1.360 | 0.185 |
| | الضابطة | 20.13 | 1.13 | | |
| الطول | التجريبية | 168.53 | 7.03 | 0.056 | 0.955 |
| | الضابطة | 168.40 | 5.85 | | |
| الوزن | التجريبية | 68.80 | 15.10 | -.450 | 0.656 |
| | الضابطة | 70.87 | 9.42 | | |

دال عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من الجدول (1) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بـــين متوســـطات القياسات القبلية لكل من (العمر – الوزن – الطول) للمجموعتين التجريبية والضابطة، حيث أن قيم مستوى الدلالة أكبر من (0.05)، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

**جدول (2)**

**نتائج اختبار (ت) لدلالة فروق المتوسطات للاختبارات المهارية بين المجموعتين في القياس القبلي**

| الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| كتم النفس | (ث) | التجريبية | 18.41 | 1.34 | 1.373 | 0.181 |
| | | الضابطة | 17.56 | 1.97 | | |
| تنظيم النفس | (مرة) | التجريبية | 8.33 | 5.88 | -.274 | 0.786 |
| | | الضابطة | 8.93 | 6.12 | | |
| الطفو الأفقي على البطن | (ث) | التجريبية | 11.74 | 3.95 | 0.211 | 0.834 |
| | | الضابطة | 11.44 | 4.06 | | |
| الطفو الأفقي على الظهر | (ث) | التجريبية | 7.43 | 3.96 | 0.024 | 0.981 |
| | | الضابطة | 7.39 | 4.60 | | |
| الانزلاق على البطن | (م) | التجريبية | 3.35 | 0.66 | 1.244 | 0.224 |
| | | الضابطة | 3.09 | 0.47 | | |
| الانزلاق على الظهر | (م) | التجريبية | 2.68 | 0.43 | 1.783 | 0.085 |
| | | الضابطة | 2.41 | 0.40 | | |
| ضربات الرجلين على البطن | (م) | التجريبية | 4.11 | 1.03 | -1.735 | 0.094 |
| | | الضابطة | 4.69 | 0.79 | | |
| ضربات الرجلين على الظهر | (م) | التجريبية | 3.29 | 0.66 | -1.380 | 0.178 |
| | | الضابطة | 3.64 | .0.71 | | |

**دال عند مستوى دلالة** (0.05)

يتضح من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالــة إحــصائية فــي جميــع الاختبارات المهارية قيد الدراسة بين المجموعتين التجريبية والــضابطة فــي القيــاس القبلي، حيث أن قيم مستوى الدلالة أكبر من (0.05)، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في تلك الاختبارات.

### 4.3 **متغيرات الدراسة:**

1- المتغيرات المستقلة:

أ- البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني.

ب- البرنامج التعليمي التقليدي.

2- المتغيرات التابعة:

المهارات الأساسية وتتضمن (كتم النفس، تنظيم النفس، الطفــو الأفقــي علــى البطن، الطفو الأفقي على الظهر، الانزلاق على البطن، الانزلاق على الظهــر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على الظهر).

### 5.3 **أداة الدراسة:**

قام الباحث باعداد برنامج تعليمي باستخدام أســلوب الــتعلم التعــاوني لتعلــيم المهارات الاساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة ولمدة (6 اسابيع).

**الادوات والاجهزة المستخدمة في الدراسة:**

1- الرستاميتر لقياس الطول لأقرب سنتيمتر.

2- ميزان طبي لقياس الوزن لأقرب نصف كيلو غرام.

5- مسبح بطول 25م وعرض 12.30 م.

6- الأدوات المساعدة على التعلم (الطوافات، الأطواق، عصا النجاة).

**أدوات جمع البيانات:**

1- المراجع العلمية العربية والاجنبية.

2- المقابلات الشخصية مع المختصين في مجال الدراسة.

3- استمارات خاصة لجمع البيانات من تصميم الباحث.

4- استمارات استطلاع رأي الخبراء في البرنامج التعليمي.

5- استمارات اراء الخبراء في الاختبارات المهارية في السباحة.

6- استمارات تسجيل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات الاساسية في السباحة.

**الاختبارات المهارية المستخدمة:**

بعد الاطلاع على الدراسات والمراجع العلمية المرتبطة في السباحة (المطارنة، 2011) (ابو زمع وخطاطبة، 2009)(بدر وبني عطا، 2007) (Maglischo, 2003) (Sweeten, 1996) (عرابي ومسمار، 1994) قام الباحث بتحديد الاختبارات المهارية المناسبة للدراسة وعرضها على الخبراء لتحكيمها وتحديد المناسب منها وحسب الإجراءات العلمية، وهي على النحو التالي :

1- كتم النفس (ث).

2- توقيت التنفس (مرة).

3- الطفو الأفقي على البطن (ث).

4- الطفو الأفقي على الظهر (ث).

5- الانزلاق على البطن (م).

6- الانزلاق على الظهر (م).

7- ضربات الرجلين على البطن (م).

8- ضربات الرجلين على الظهر (م).

**6.3 الدراسة الاستطلاعية:**

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على مجموعة مكونة من (8) طلاب من كلية علوم الرياضة وممن تنطبق عليهم شروط العينة، وبنفس شروط إجراء الدراسة، وتم استبعاد هذه العينة من التجربة الرئيسية وكانت أهداف الدراسة هي:

1- التأكد من صلاحية البرنامج التعليمي سواء بالأسلوب التعاوني أم التقليدي.
2- التأكد من صلاحية أجهزة المسبح والأدوات المستخدمة في الدراسة.
3- الوقوف على الصعوبات المتوقعة عند تنفيذ الدراسة ووضع الحلول المناسبة.
4- التعريف بكيفية الالتزام بالتعليمات لمفردات الاختبارات وتوضيحها لعينة الدراسة قبل إجرائها وأثناءها.
5- توزيع وتنظيم العمل والوقت بين المجموعتين.

**7.3 المعاملات العلمية لاختبارات الدراسة:**

**صدق الاختبار:**

1- قام الباحث بالاطلاع على نماذج متعددة لاختبارات المهارات الأساسية بالسباحة من خلال حصر واستعراض المراجع والدراسات السابقة (المطارنة، 2011)، (أبو زمع وخطاطبة، 2009)، (بدر وبني عطا، 2007) والتي تتناسب مع طبيعة المرحلة العمرية لعينة الدراسة الحالية، حيث أجمعت هذه المراجع والدراسات على صدق الاختبارات المستخدمة وكذلك ملاءمتها لقياس متغيرات الدراسة.
2- كما قام الباحث بعرض مجموعة من الاختبارات المهارية الخاصة بالسباحة على مجموعة من الخبراء والمختصين بتعليم وتدريب رياضة السباحة وذلك لإبداء مقترحاتهم حول هذه الاختبارات ومدى صلاحيتها وثم اعتماد الاختبارات التي يجمع عليها الخبراء وهي (كتم النفس، توقيت التنفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهر

الانزلاق على البطن، الانزلاق على الظهر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على الظهر). والملحق رقم (ه) يبين أسماء المحكمين والخبراء الذين قاموا بتحكيم اختبارات الدراسة.

**ثبات الاختبار:**

قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test – Retest) على عينة قوامها (8) طلاب من خارج عينة الدراسة بتاريخ 2013/2/20 وبفاصل زمني بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني مدته خمس أيام وتحت نفس الظروف والشروط. والجدول رقم (3) يوضح معامل الثبات لاختبارات المهارات الأساسية بالسباحة.

جدول (3)

**نتائج معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين التطبيق الأول والثاني لمهارات السباحة**

| المهارات | وحدة القياس | التطبيق الأول | | التطبيق الثاني | | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | | |
| كتم النفس | (ث) | 22.67 | 6.56 | 22.12 | 7.30 | 0.962 | 0.000 |
| تنظيم النفس | (مرة) | 12.00 | 5.90 | 12.75 | 5.09 | 0.718 | 0.045 |
| الطفو الأفقي على البطن | (ث) | 13.94 | 4.63 | 14.33 | 5.18 | 0.809 | 0.015 |
| الطفو الأفقي على الظهر | (ث) | 9.21 | 3.93 | 9.37 | 4.91 | 0.960 | 0.000 |
| الانزلاق على البطن | (م) | 4.63 | 1.14 | 4.44 | 1.22 | 0.912 | 0.002 |
| الانزلاق على الظهر | (م) | 3.51 | 0.82 | 3.78 | 0.72 | 0.752 | 0.031 |
| ضربات الرجلين على البطن | (م) | 5.45 | 2.28 | 5.84 | 2.39 | 0.981 | 0.000 |
| ضربات الرجلين على الظهر | (م) | 4.93 | 1.34 | 4.73 | 2.19 | 0.783 | 0.022 |

دال عند مستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول رقم (3) قيم نتائج معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني لمهارات السباحة قيد الدراسة وتبين قيم مستوى الدلالة المحسوبة والمرافقة

لقيمة معامل الارتباط وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين الأول والثاني على جميع مهارات السباحة قيد الدراسة مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات حيث أن جميع قيم مستوى الدلالة كانت أقل من القيمة (0.05).

**8.3 الاطار العام للبرنامج التعليمي:**

**هدف البرنامج:**

يهدف البرنامج التعليمي إلى تعلم واكتساب المهارات الأساسية في السباحة وذلك من خلال استخدام أسلوب التعلم التعاوني.

**محتوى البرنامج:**

بعد الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة (المطارنة، 2011) (أبو زمع، 2010)، (بدر وبني عطا، 2007)، (الربابعة ومسمار، 2006)، (شاهين، 2006)،(أبو الكشك، 2006)، (السايح، 2001)، ( martin, 2004) و(dayson ,2002).

استطاع الباحث أن يحدد محتوى البرنامج التعليمي والذي يهدف إلى اكتساب المهارات الأساسية في السباحة من خلال المراحل الفنية والمختلفة والمتمثلة في (التنفس، الطفو، الانزلاق، ضربات الرجلين) باستخدام أسلوب التعلم التعاوني.

**البرنامج التعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني:**

تم تقسيم المجموعة التجريبية إلى مجموعات صغيرة بواقع ثلاث طلاب لكل مجموعة ومن ثم قام الباحث بتوزيع الأدوار فيما بينهم وهي المؤدي، الساند، الملاحظ مع مراعاة تبادل الطلاب لتلك الأدوار فيما بينهم خلال الواجب الحركي الواحد ويكون دور المعلم إعداد نماذج للمهارات التي سوف يستخدمها الطلاب والتي تشمل على الخطوات الفنية والتعليمية الخاصة بالمهارات الأساسية بالسباحة، بالإضافة إلى الإشراف والتوجيه والتحفيز الذي قد تحتاجه المجموعات في بعض المهارات الصعبة.

**التوزيع الزمني لبرنامج الوحدات التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة:**

تم تحديد مدة البرنامج التعليمي حيث بلغت (6) أسابيع وبواقع (2) وحدة أسبوعياً، وقد تم توزيع برنامج تعليم مهارات السباحة ملحق رقم (ب) على النحو التالي:

الأسبوع الأول: تعليم مهارات التأقلم مع الماء و تعليم التنفس (كتم النفس و توقيت التنفس).

الأسبوع الثاني: تعليم مهارة الطفو (التكور، القنديل) و تعليم الطفو الأفقي على البطن.

الأسبوع الثالث: تعليم الطفو الأفقي على الظهر و تعليم الانزلاق على البطن.

الأسبوع الرابع: تعليم الانزلاق على الظهر و تعليم ضربات الرجلين على البطن.

الأسبوع الخامس: تعليم ضربات الرجلين على الظهر و الربط بين مهارة الانزلاق على البطن ومهارة ضربات الرجلين على البطن.

الأسبوع السادس: الربط بين مهارة الانزلاق على الظهر ومهارة ضربات الرجلين على الظهر و التأكد من قدرة الطالب على الجمع بين المهارات.

وقد بلغت مدة الوحدة التعليمية (60) دقيقة لكل وحدة من وحدات برنامج التعلم التعاوني والبرنامج التقليدي وقد تم تطبيق هذا التعليم في الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية حيث بلغ (45) دقيقة وبحيث تسبقها عملية الإحماء لمدة (10) دقائق وتختتم الوحدة بلعبة صغيرة ولمدة (5) دقائق، وجدول (4) يوضح التوزيع الزمني للوحدة التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (4)

التوزيع الزمني للوحدة التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

| القسم | الزمن | المجموعة الضابطة | المجموعة التجريبية |
|---|---|---|---|
| التمهيدي | 10 دقائق | إحماء عام | إحماء عام |
| الأساسي | 45 دقيقة | أسلوب التعلم التقليدي | أسلوب التعلم التعاوني |
| الختامي | 5 دقائق | لعبة صغيرة | لعبة صغيرة |

وقد تم عرض محتوى البرنامج التعليمي على مجموعة من الخبراء والمختصين بتعليم وتدريب رياضة السباحة وعددهم (8)، وذلك للتعرف إلى مدى مناسبة البرنامج للتطبيق وبعد إجراء بعض التعديلات أجمع الخبراء على صلاحية البرنامج.

**الدراسة الأساسية:**

أ- القياس القبلي:

تم إجراء القياسات القبلية لمجموعتي الدراسة الضابطة والتجريبية لمهارات السباحة يوم (2013/2/27) وذلك بعد إعطاء كلتا المجموعتين (2) وحدات تعليمية بمهارات السباحة.

ب- تطبيق البرنامج:

بدأ تطبيق البرنامج التعليمي بالطريقتين قيد الدراسة من (2013/3/4) حتى (2013/4/10) بواقع وحدتين أسبوعياً وبزمن قدره (60) دقيقة لكل وحدة وعلى مدى (6) أسابيع.

ج- القياس البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم إجراء القياس البعدي لمجموعتي الدراسة التعاونية والتقليدية وبنفس شروط وظروف القياس القبلي وذلك يوم (2013/4/15).

9.3 **المعالجة الإحصائية:**

لتحقيق أهداف الدراسة وفروضها سيتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1- المتوسطات الحسابية.
2- الانحرافات المعيارية.
3- اختبار (ت) للمجموعة الواحدة.
4- اختبار (ت) للمجموعتين.
5- معامل الارتباط.

## الفصل الرابع

## عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

### 1.4 عرض النتائج:

في ضوء أهداف الدراسة وفروضها وأجراء المعالجات الإحصائية المناسبة للدراسة توصل الباحث إلى النتائج الآتية:

أولا: عرض الفرضية الأولى والتي تنص على: (وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي).

ولتحقيق الفرضية الأولى من الدراسة فقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) حيث يوضح الجدول رقم (5) نتيجة هذه الفرضية.

**جدول (5)**

**نتائج اختبار (ت) لدلالة**

**فروق المتوسطات للاختبارات المهارية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية**

| الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| كتم النفس | (ث) | قبلي | 18.41 | 1.34 | -9.863 | 0.000 |
| | | بعدي | 46.87 | 10.73 | | |
| تنظيم النفس | (مرة) | قبلي | 8.33 | 5.88 | - | 0.000 |
| | | بعدي | 44.53 | 12.09 | 13.016 | |
| الطفو الأفقي على البطن | (ث) | قبلي | 11.74 | 3.95 | - | 0.000 |
| | | بعدي | 38.65 | 10.92 | 10.508 | |
| الطفو الأفقي على الظهر | (ث) | قبلي | 7.43 | 3.96 | -2.169 | 0.048 |
| | | بعدي | 28.87 | 37.83 | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الانزلاق على | (م) | قبلي | 3.35 | 0.66 | -8.020 | 0.000 |
| البطن | | بعدي | 7.27 | 1.82 | | |
| الانزلاق على | (م) | قبلي | 2.68 | 0.43 | -7.108 | 0.000 |
| الظهر | | بعدي | 6.47 | 1.94 | | |
| ضربات الرجلين | (م) | قبلي | 4.11 | 1.03 | -8.857 | 0.000 |
| على البطن | | بعدي | 13.83 | 4.86 | | |
| ضربات الرجلين | (م) | قبلي | 3.29 | 0.66 | -9.874 | 0.000 |
| على الظهر | | بعدي | 18.63 | 6.22 | | |

**دال عند مستوى دلالة** (0.05)

يبين الجدول رقم (5) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي في المهارات الأساسية للسباحة وهي: (كتم النفس، تنظيم النفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهر، الانزلاق على البطن، الانزلاق على الظهر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على الظهر) لأفراد المجموعة التجريبية، وتبين قيم مستوى الدلالة المرافقة لقيمة (ت) المحسوبة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في هذه الاختبارات، حيث أن جميع قيم مستوى الدلالة كانت اقل من (0.05) وقد كانت هذه الدلالة لصالح القياس البعدي وذلك حسب ما تظهره قيم المتوسطات الحسابية المبينة في هذا الجدول.

ثانياً: عرض الفرضية الثانية والتي تنص على: (وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي).

ولتحقيق الفرضية الثانية من الدراسة فقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) حيث يوضح الجدول رقم (6) نتيجة هذه الفرضية.

**جدول (6)**

**نتائج اختبار (ت) لدلالة فروق المتوسطات للاختبارت المهارية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة**

| الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| كتم النفس | (ث) | قبلي | 17.56 | 1.97 | -11.353 | 0.000 |
| | | بعدي | 45.35 | 10.24 | | . |
| تنظيم النفس | (مرة) | قبلي | 8.93 | 6.12 | -6.350 | 0.000 |
| | | بعدي | 32.40 | 16.07 | | |
| الطفو الأفقي على البطن | (ث) | قبلي | 11.44 | 4.06 | -8.462 | 0.000 |
| | | بعدي | 36.69 | 9.14 | | |
| الطفو الأفقي على الظهر | (ث) | قبلي | 7.39 | 4.59 | -5.623 | 0.000 |
| | | بعدي | 27.84 | 12.26 | | |
| الانزلاق على البطن | (م) | قبلي | 3.09 | 0.47 | -8.130 | 0.000 |
| | | بعدي | 5.30 | 1.05 | | |
| الانزلاق على الظهر | (م) | قبلي | 2.41 | 0.40 | -10.001 | 0.000 |
| | | بعدي | 4.70 | 0.81 | | |
| ضربات الرجلين على البطن | (م) | قبلي | 4.69 | 0.79 | -5.479 | 0.000 |
| | | بعدي | 9.55 | 3.58 | | |
| ضربات الرجلين على الظهر | (م) | قبلي | 3.64 | 0.71 | -8.450 | 0.000 |
| | | بعدي | 13.00 | 4.43 | | |

دال عند مستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول رقم (6) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي في المهارات الأساسية للسباحة وهي:(كتم النفس، تنظيم النفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهر، الانزلاق على البطن، الانزلاق على الظهر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على

الظهر) لأفراد المجموعة الضابطة، وتبين قيم مستوى الدلالة المرافقة لقيمة (ت) المحسوبة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في هذه الاختبارات، حيث ان جميع قيم مستوى الدلالة كانت اقل من (0.05) وقد كانت هذه الدلالة لصالح القياس البعدي وذلك حسب ما تظهره قيم المتوسطات الحسابية المبينة في هذا الجدول.

ثالثاً: عرض الفرضية الثالثة والتي تنص على (وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للقياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية).

ولتحقيق الفرضية الثالثة من الدراسة فقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) حيث يوضح الجدول رقم (7) نتيجة هذه الفرضية.

**جدول (7)**

**نتائج (ت) لدلالة فروق المتوسطات للاختبارات المهارية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي**

| الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| كتم النفس | (ث) | التجريبية | 46.87 | 10.73 | 0.398 | 0.694 |
| | | الضابطة | 45.35 | 10.23 | | |
| تنظيم النفس | (مرة) | التجريبية | 44.53 | 12.09 | 2.337 | 0.027 |
| | | الضابطة | 32.40 | 16.07 | | |
| الطفو الأفقي على البطن | (ث) | التجريبية | 38.65 | 10.92 | 0.532 | 0.599 |
| | | الضابطة | 36.69 | 9.14 | | |
| الطفو الأفقي على الظهر | (ث) | التجريبية | 28.87 | 37.83 | 0.101 | 0.921 |
| | | الضابطة | 27.84 | 12.26 | | |
| الانزلاق على البطن | (م) | التجريبية | 7.27 | 1.82 | 3.629 | 0.001 |
| | | الضابطة | 5.30 | 1.05 | | |
| الانزلاق على الظهر | (م) | التجريبية | 6.47 | 1.94 | 3.262 | 0.003 |
| | | الضابطة | 4.70 | 0.81 | | |
| ضربات الرجلين على البطن | (م) | التجريبية | 13.83 | 4.86 | 2.740 | 0.011 |
| | | الضابطة | 9.55 | 3.58 | | |
| ضربات الرجلين على الظهر | (م) | التجريبية | 18.63 | 6.22 | 2.857 | 0.008 |
| | | الضابطة | 13.00 | 4.43 | | |

**دال عند مستوى دلالة** (0.05)

يبين الجدول رقم (7) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياريـــة وقيمـــة (ت) المحسوبة في القياس البعدي في المهارات الأساسية للسباحة وهي: (كتم الـــنفس، تنظيم النفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهـــر، الانـــزلاق علـــى البطن، الانزلاق على الظهر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الـــرجلين علـــى

الظهر) لإفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وتبين قيم مستوى الدلالة المرافقة لقيمة (ت) المحسوبة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي في الاختبارات التالية (كتم النفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهر)، وتبين قيم مستوى الدلالة المرافقة لقيمة (ت) المحسوبة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي في الاختبارات التالية (تنظيم النفس، الانزلاق على البطن، الانزلاق على الظهر، ضربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على الظهر)، إذ أن جميع قيم مستوى الدلالة كانت اقل من (0.05) وقد كانت هذه الدلالة لصالح المجموعة التجريبية وذلك حسب ما تظهره قيم المتوسطات الحسابية المبينة في هذا الجدول.

### 4.2 مناقشة النتائج:

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى والتي تنص على أنه:(توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي) فقد قام الباحث بإحتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وللتأكد من دلالة فروق المتوسطات بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فقد قام الباحث باستخدام أختبار (ت) من خلال استعراض نتائج الجدول رقم (5) الذي يوضح نتائج اختبار (ت) بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة والمسجلين في مساق سباحة (1) في المهارات الأساسية للسباحة يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات المهارات الأساسية في السباحة، ويعزو الباحث هذا التطور الملحوظ والواضح من خلال الفروق بين القياس القبلي والبعدي نتيجة إلى البرنامج التعليمي باستخدام التعلم التعاوني والذي يشجع على زيادة عامل التشويق والإثارة وتنمية القدرة على التركيز والذي بدوره أعطى قدر كبير من الثقة بالنفس وبالتالي سهولة اكتساب وتعلم المهارات الأساسية للسباحة ويرى الباحث أيضا أن

استخدام أسلوب التعلم التعاوني ساهم بصورة كبيرة في تنمية روح الفريق الواحد ضمن المجموعة الواحدة وبالتالي رفع مستوى أداءهم الفني وهذه النتيجة تتفق مع ما توصل إليه كلاً من (علي،2008)،(الربابعة ومسمار،2006)،(الحايك،2004)،( mortin, 2004)،(dayson,2002) على أن استخدام أسلوب التعلم التعاوني في تدريس المهارات الحركية الرياضية له تأثير إيجابي في تعلم واكتساب هذه المهارات.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية والتي تنص على أنه:(توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي) فقد قام الباحث باحتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وللتأكد من دلالة فروق المتوسطات بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، فقد قام الباحث باستخدام اختبار (ت) من خلال استعراض نتائج الجدول رقم (6) الذي يوضح نتائج اختبار (ت) بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة من طلبة كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة والمسجلين في مساق سباحة (1) في المهارات الأساسية للسباحة،إذ تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات المهارات الأساسية في السباحة، ويعزو الباحث هذا التحسن - الدال إحصائياً على القياس البعدي - في مستوى هذه المهارات لدى أفراد المجموعة الضابطة إلى أثر البرنامج التعليمي التقليدي والذي تم تطبيقه على أفراد هذه المجموعة والذي يدعم دور المدرس الفعال في تقديم المهارة وتطبيق التمرينات المتدرجة من السهل إلى الصعب ومن التدريبات البسيطة الى التدريبات المركبة وكذلك استخدام الوسائل التعليمية المتنوعة وأيضا تقديم التغذية الراجعة الصحيحة عند وقوع الطلبة في الأخطاء المهارية وكذلك إتباع الأساليب التقويمية المناسبة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلٍّ من (أبو زمع، 2011) و (المطارنة،2011) و (أبو زمع والخطاطبة، 2009) و (بدر وبني عطا، 2007)، والتي أشارت إلى أن البرنامج التعليمي التقليدي يؤثر بصورة ايجابية على تحسين الأداء المهاري للسباحة.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي تنص على أنه:(توجد هناك فـروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي) فقد قام الباحث باحتـساب المتوسـطات الحـسابية والانحرافـات المعيارية وللتأكد من دلالة فروق المتوسطات بين المجموعة التجريبية والضابطة فقـد قام الباحث باستخدام اختبار (ت).

من خلال استعراض جدول رقم (7) الذي يوضح نتائج اختبـار (ت) للقيـاس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة والذي يوضح عدم وجود فروقـات ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في اختبارات المهارات الأساسـية للـسباحة : (كـتم النفس، الطفو الأفقي على البطن، الطفو الأفقي على الظهر) ويعزو الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في هذه المهارات بكونها لا تتميز بالصعوبة ولا تحتاج لقدر كبير من الأداء والتركيز وذلك لسهولتها وبساطتها إذ تعتمد هذه المهارات على النواحي الفسيولوجية والمتمثلة في الجهاز التنفسي أكثر من اعتمادها على الـتعلم التعـاوني أو التقليدي وهذا يتفق مع نتيجة دراسة (المطارنة، 2011) في مهارة كتم النفس ودراسـة (أبو زمع وخطاطبة،2009) في مهارة الطفو الأفقي على البطن. وكذلك أيضا يوضـح جدول رقم (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات (تنظيم النفس، الانزلاق على البطن، الانزلاق علـى الظهـر، ضـربات الرجلين على البطن، ضربات الرجلين على الظهر)، ويعزو الباحث وجود فروق دالـة إحصائياً في هذه المهارات ولصالح المجموعة التجريبية كونهـا اسـتخدمت برنـامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني والذي تميز بإعطاء فرصة للطلاب بالعمل مع بعضهم البعض في مجموعات صغيرة مما زاد من الصفات الاجتماعية لديهم كالتعاون والمشاركة والتشاور والتي مكنتهم من تعلم المهارات بفاعليـة أكثـر، وكـذلك مكـن استخدام هذا الاسلوب الطلاب من ممارسة دور المدرس والطالب في نفس الوقت دون النظر إلى اختلاف مستوياتهم المهارية وبالتالي شعورهم بالمسؤولية باتجاه الواجبـات الموكلة إليهم مما زاد من ثقتهم في أنفسهم وإزالة عامل القلق والتـوتر مـن الوسـط

المائي، وبالتالي دفعهم إلى بذل أقصى جهد ممكن لتنمية مستواهم المهاري في السباحة، ويرى الباحث أيضا أن هذا الاسلوب يبث المتعة والسرور للطلاب ويدفعهم نحو التعلم والمشاركة الفعالة في العملية التعليمية من خلال التعلم الجماعي والذي ساهم وبشكل كبير على تعلم واكتساب المهارات الأساسية في السباحة. وهذه النتيجة تؤكد فعالية استخدام أسلوب التعلم التعاوني في العملية التعليمية والذي توصل إليه كلٌّ من (أبو زمع، 2010) و (علي، 2008) و(الربابعة ومسمار، 2006) و (الحايك، 2004) و(martin,2004) و(dayson ,2002).

## 3.4 التوصيات:

في ضوء ما استخلصته هذه الدراسة من نتائج، يوصي الباحث بما يأتي:

1- ضرورة الاهتمام باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في العملية التعليمية للمهارات الأساسية في السباحة والذي يكون العمل الجماعي أساسا له في هذا الاسلوب.
2- الاهتمام باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في تعليم مهارات وأنواع السباحة المختلفة (السباحة الحرة و الظهر و الصدر و الفراشة).
3- إجراء المزيد من الدراسات لمعرفة وتحديد مدى فاعلية استخدام أسلوب التعلم التعاوني

في تدريس المواد العملية في مناهج كليات التربية الرياضية.

4- عقد ورشات عمل لأعضاء الهيئة التدريسية والطلبة حول أساليب التدريس الحديثة بما في ذلك أسلوب التعلم التعاوني وتشجيعهم على استخدامها في العملية التعليمية.

## المراجع

**أ- المراجع العربية:**

أبو زمع، علي (2011): "أثر برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية الخاصة في رفع مستوى الأداء المهاري لسباحة الفراشة "، **مجلة دراسات**، المجلد 38، العلوم التربوية، ملحق (5)، الجامعة الأردنية، الأردن ص 1802-1811.

أبو زمع، علي (2010): "تأثير استخدام اسلوبي التعلم التعاوني والحاسوب على تعلم مهارات سباحة الصدر لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ". **مجلة مؤتة للبحوث والدراسات**، المجلد (25)، العدد (4)، جامعة مؤتة، الأردن ص 249-271.

أبو زمع، علي وخطاطبة معتصم (2009): " **أثر برنامج تعليمي باستخدام الألعاب الحركية على تطوير الأداء المهاري للمبتدئين في السباحة** ". المجلد الثاني، المؤتمر العلمي الرياضي السادس، الجامعة الأردنية، الأردن ص 325-336.

أبو الكشك، محمد(2006): " **أثر استخدام إستراتيجية الاستقصاء التعاوني على أداء بعض المهارات الحركية في الجمباز لطلبة المرحلة الأساسية** "، المجلد الثاني، المؤتمر العلمي الدولي الخامس / 10-11 أيار، الأردن ص 297-311.

الحايك، صادق (2004): " أثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات واتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو المادة "، **دراسات، مؤتمر التربية الرياضية:** الرياضة نموذج للحياة المعاصرة /20-2003/5/22 عدد خاص ص 174-187.

الربابعة، بكر ومسمار، بسام (2006): " **تأثير برنامج تعليمي باستخدام التعليم الزمري على تعلم مهارة العجلة البشرية في الجمباز** "، المجلد الثاني، المؤتمر العلمي الدولي الخامس/ 10-11 أيار، الأردن ص 64-87.

الفالح، سلطانه قاسم. (2004). **فاعلية استراتيجية التعلم التعاوني الإتقاني في تنمية التحصيل الدراسي لوحدة الخلية والوراثة والاتجاه نحوها لدى طالبات الصف الاول الثانوي بمدينة الرياض**. رسالة غير منشورة. كلية التربية. الإدارة العامة لكليات البنات بالرياض.

السعيد، رضا (2007): " **استراتيجيات التعلم التعاوني** "، دار الزهراء، الرياض.

الشريفي، وليد عبدالله. والزبيدي، قصي حازم. (2006). " أثر استخدام أساليب التدريس الفردي والتبادلي والتعاوني والامري في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم ". **مجلة العلوم التربوية**. 33 (2).

العقاد، أحمد محمد.(2005). " تأثير استخدام التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري وتقدير الذات المهارية في كرة القدم للتلاميذ الصم والبكم ". **مجلة نظريات وتطبيقات**، كلية التربية الرياضية بأبو قير الإسكندرية. (ص57).

القط، محمد (2004): " **الموجز في الرياضات المائية** "، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

القط، محمد (2002): "**فسيولوجيا الأداء الرياضي في السباحة** "، الطبعة الأولى، المركز العربي للنشر: القاهرة.

المطارنة، سمر (2011)، " **أثر برنامج مقترح للتدريب العقلي على الحد من عامل الخوف وتعلم بعض المهارات الأساسية في السباحة للمبتدئين** "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

**المقداد، رولا عبيد**. (2006). " أثر التعلم التعاوني على اكتساب بعض المهارات الهجومية في لعبة المبارزة. جامعة بابل – كلية التربية الرياضية ". **مجلة علوم التربية الرياضية**.ص(5-2).

النداف عبدالسلام، علي أبو زمع (2003):"دراسة تحليلية لأهم عناصر التدريس الفعال للمواد العلمية في التربية الرياضية " **مجلة مؤتة للبحوث والدراسات** المجلد الثامن عشر، العدد الأول، الأردن، ص 281-309.

بدر، دينا وبني عطا احمد (2007): "**أثر استخدام تمثيل الحركي في تعليم بعض مهارات السباحة لدى الأطفال من سن 6-8 سنوات في عمان**"، المؤتمر العلمي الأول/4-4/5المجلد الأول، جمعية كليات وأقسام ومعاهد التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية ص 101-122.

حسين، قاسم، واحمد (2000): " **مبادئ وأسس السباحة** " الطبعة الأولى، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

خصاونة غادة، ومحمد ذيابات، ومحمد أبو الكشك (2011):" تأثير التدريس باستخدام استراتيجية التعلم التعاوني على مستوى الأداء المهاري واتجاهات الطالبات نحو رياضة الجمباز في كلية التربية الرياضية " **مجلة جامعة النجاح للأبحاث** (العلوم الإنسانية)، مجلد 25 (1).

ذياب، هديل (2010): "**تعليم السباحة والتعرف على الرياضات المائية** " الطبعة الأولى، دار البداية للنشر، عمان.الأردن.

رزق، سمير (2003):"**الموسوعة العلمية لرياضة السباحة** " عمان، الأردن.

سلامة، هدى (2005): " **الاتجاهات الحديثة في التدريس والتعليم التعاوني** " **الوحدة الخامسة، مشروع تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس والقيادات**، جامعة حلوان.

سليمان، سناء (2005): " **التعلم التعاوني** " الطبعة الأولى، مكتبة 38 شارع عبد الخالق ثروت، القاهرة، مصر.

شاهين، منار(2006): "**تأثير إستراتيجيات التعليم التعاوني باستخدام الكاميرات الديجيتال والأسلوب الزوجي على اتجاهات الطلبة نحو مادة الجمباز ومستوى الأداء المهاري** "، المجلد الاول، المؤتمر العلمي الدولي الخامس 10-11/ أيار، الأردن، ص 266-309.

عبدالحميد، جمانة (2009): " **رياضة السباحة: تعلمها، تدريبها، قانونها** " الطبعة الأولى، دار البداية للنشر، عمان، الأردن.

عبدالمنعم، محمد (2009): " **تدريس السباحة في مناهج التربية الرياضية** " الطبعـة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر.

عرابي، سميرة ومسمار بسام (1994): " برنامج مقترح لتعليم المهارات الأساسية في السباحة للمبتدئات (من سن 7-14 سنة)، **مجلة دراســات**، وقــائع المــؤتمر الرياضي العلمي الثاني، الجزء الثاني /1/30-2/2، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن، ص 79-104.

عرابي، سميرة و جرار تامر (2006): " **أثر برنامج تعليمي مقترح في السباحة على مفهوم الذات ومستوى الأداء لدى المشاركين في دورات السباحة التعليميــة التي تقيمها كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنيــة**. المــؤتمر العلمــي الدولي الخامس، المجلد الأول / 10-11 أيار، الجامعة الأردنية، كلية التربية الرياضية، عمان، الأردن، ص 367-389.

علي، كمال (2008): " تأثير استخدام أسلوبي التعلم التعاوني والتبادلي على مــستوى أداء بعض المهارات الهجومية في كرة اليد "، **المجلة العلمية للتربية البدنيــة والرياضة**، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، العدد (34)، ص 117-152.

قنصوه، كامل عبد المجيد. (2006). " أثر استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني على مستوى كل من الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لبعض مهارات الجمبــاز لطلاب كلية التربية الرياضية ". **مجلة نظريــات وتطبيقــات**. **كليــة التربيــة الرياضية للبنين بابو قير الإسكندرية**. (5).

كوجك، كوثر (1992): "التعلم التعاوني إستراتيجية تحقق هدفين " **دراســات تربويــة**، مجلد 7، جزء 43، 1992.

محمد، مصطفى السايح (2001): " **اتجاهات حديثة في تــدريس التربيــة البدنيــة والرياضة** " الطبعة الأولى، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر.

زايد، فهد (2007): " **التعلم التعاوني برنامج علاجي قائم علـــى إســـتراتيجية** " دار اليازوري، عمان، الأردن.

**ب- المراجع الاجنبية:**

Abrami, P.C, eT. Al. (1995):**’’Classroom Connection Unders-tanding and Using Cooperative Lear-ning** ’’, Newyork: harcourt brace and Company.

Barrett,T; (2001): Effects of two cooperative learning strategies on academic learning time , student performance and social behavior of sixth grade physical education , **RQES,March** ,vol. 72, No1 ,pp.A-58.

Dayson,B,(2002): The Implementation of Cooperative learning in an Elementary Physical Education Program , **Journal of Teaching in Physical Education** , Vol (22) , Iss(1).

Huang, Chin- yan. (2000). "The effects of cooperative learning and model demonstration strategies on motor skill performance during video instruction". **Proc. Natl. Sci. Counc**. **ROC(C)**. 10(2). 255.

Martin, H Robin(2004): **How are 6th grade students cooperative behaviors affected after instruction in cooperative activities in physical education, Internet articles**, available on: http:www.auburn.edu.

Maglischo, (2003)Ernest, w: swimming Fastest. Human kinetic America.

Rushall, B, S(1997); **the best drills taple used to promote swimming excellence, learning in sport co**, U.S.A intent, February.

Reischle ,k.(2000), **Schwimmen Bewegungen Lernen-Trainieren- Spielen**. Wurzburg-Germany.

Sweeten, ham, B(1996).: **turning skills for national tip squad freestyle and backstroke, and national drills for top squad members**, Australian swim coch (journal of the Australian swimming coaches association, vol no, march-April.

Johonson, D & Johonson, R. (1995). **Learning Together and Alone**, 4. Ed, Englewood Cloffs. New Jers. Pron tice hall.

Johonson, D. W & Johonson, R. T. (1992). Implementing Cooperative Learning. **Contemporary Education**. Vol, 63. No, 3.

Eggen, p. & Johnson, R. (1996). **Strategies – for Teachers: Teaching Content and Thinking Skills**, 3 (Ed.) Columbus. Ohio, Boston, Allyn & Bacon Compan.

## ملحق (أ)

## كتاب تسهيل المهمة

بسم الله الرحمن الرحيم


جامعة مؤتة
قسم التربية الرياضية

MU'TAH UNIVERSITY
Department
of Physical Education


الرقم :
التاريخ : ١٤٣٤ هـ
الموافق : / / ٢٠١٣ م

Ref: ... ... ... ... ... ... ...
Date: ... ... ... ... ... ... ... ... ...

الدكتور رئيس قسم التربية الرياضية المحترم

تحية طيبة وبعد،،،

أنا الطالب نزار ماهر الصرايرة إحد طلبة الماجستير في كلية علوم الرياضة تخصص تربية رياضية، أحمل الرقم الجامعي "٦٢٠١١١٣٠١٠١٧"، أقوم بإعداد دراسة بعنوان (أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تعليم المهارات الاساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة ) تحت إشراف الاستاذ الدكتور علي ابو زمع أرجو الايعاز لمن يلزم لتسهيل المهمة في تطبيق برنامجي على طلبة كلية علوم الرياضة.

لا مانع من مساعدة الطالب في تطبيق الدراسة بشكل لا يتعارض مع المحاضرات

١٤/٥/٢٠١٣

وأقبلو فائق الأحترام

نزار ماهر محمد الصرايرة

Nezar

الاستاذ الدكتور عميد كلية علوم الرياضة المحترم
للاطلاع ارجو التكرم بتزويد المذكور بكتاب تسهيل مهمة وحسب الأصول.

١


مؤتة – الكرك – الأردن - ص ب: (٧) جامعة مؤتة (٦١٧١٠) تلفون : ٢٣٧٢٣٨٠-٩٩ / ٤٦١٧٨٦٠-٦٤ / ٤٦١٧٨٩٠-٩٤ فاكس: (٩٦٢-٦)٤٦٥٤٠٦١
Mutah –Karak - Jordan P.O.Box: (7) Mutah Univ.– (61710) Tel.: 2372380-99/4617860-64/4617890-94 Fax: (962-6) 4654061

## ملحق (ب)
## البرنامج التعليمي

**بسم الله الرحمن الرحيم**

**حضرة الدكتور............................................ المحترم.**

**تحية طيبة وبعد،**

يقوم الباحث نزار ماهر الصرايرة بإجراء بحث لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في كلية علوم الرياضة / جامعة مؤتة، بعنـــوان (أثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني على تحسين مستوى المهارات الأساسية في السباحة لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة)، وبإشراف الأستاذ الدكتور علي أبو زمع.
نظراً لمكانتكم العلمية العالية وخبراتكم الرائدة في مجال التربية الرياضية فإنه يرجى التكرم بالمساعدة والتفضل في قراءة وتحكيم البرنامج التعليمي وإبداء ملاحظاتكم ومقترحاتكم التي ترونها مناسبة حول محتويات البرنامج.

**وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير**

**الباحث**

**نزار ماهر الصرايرة**

| الدرس: الاول<br>الهدف: تعليم تمرينات التعود على الماء. | | | زمن الدرس: 60 دقيقة |
|---|---|---|---|
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار/ الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي<br>10 دقائق | إحماء:<br>(وقوف) الوثب بالمكان.<br>(وقوف) الوثب بالمكان وقذف القدمين أماماً خلفاً بالتبادل.<br>(وقوف) الوثب بالمكان فتح ضم مع فتح وضم الذراعين.<br>(وقوف فتحاً، ثبات الوسط) تبادل ثني الجذع على الجانبين.<br>(وقوف) دوران الذراعين للأمام والخلف. | 3 ت /30 ث<br>3 ت /30 ث<br>3 ت /30 ث<br>2 ت/1.30 د<br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة . |
| الجزء الأساسي<br>45 دقيقة | شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة التأقلم مع الماء.<br>الجلوس على جانب الحوض وطرطشة الماء بالقدمين.<br>الدخول الآمن للماء (وذلك بالنزول ببطء من حافة المنطقة الضحلة).<br>المشي للأمام وللخلف ممسكاً بماسورة الحوض ثم بدون المسك .<br>الوثب للأعلى وللأسفل ممسكاً بماسورة الحوض ثم بدون المسك.<br>غسل الوجه بالماء.<br>الوقوف بالماء والمشي مع مسك الجدار بالذراع اليمنى ثم اليسرى 6 خطوات. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب.<br>توزيع المهام على كل طالب في المجموعة بحيث يكون هنالك مطبق ومسند وملاحظ.<br>تبادل الأدوار عند الانتهاء من أداء المهارة.<br>يراقب الملاحظ الأداء ويستخدم المعيار في تحليل الأداء ثم إعطاء الزميل تغذية راجعة |
| الجزء الختامي<br>5دقائق | العاب مائية:<br>التحرك في اتجاهات مختلفة تبعاً لإشارة المدرس. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| الدرس: الثاني | | زمن الدرس: 60 دقيقة | |
|---|---|---|---|
| الهدف: تعليم التنفس (كتم النفس تنظيم التنفس). | | | |
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي<br>دقائق | إحماء:<br>(وقوف) رفع الذراعين جانباً عالياً.<br>(وقوف) الجري بالمكان بأوضاع مختلفة للذراعين، ثبات الوسط، جانباً، عالياً، خلف الظهر.<br>(وقوف) وقوف على المشطين رفع الذراعين جانباً عالياً والتصفيق أعلى الرأس.<br>(وقوف فتحاً) تشبيك أصابع اليدين خلف الرأس: ثني الجذع أمام أسفل والضغط.<br>(رقود على الظهر، الذراعين عالياً) ثني الجذع أماما عالياً. | 3ت /30 ث<br>3ت /30 ث<br>2ت/1 د<br>3ت /10 ث<br>3ت / 30 ث | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي<br>45 دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة التنفس.<br>(وقوف) أخذ شهيق والنفخ على سطح الماء.<br>(وقوف) عند الإشارة أخذ شهيق، كتم النفس، وضع الوجه بالماء.<br>أخذ شهيق دخول الوجه بالماء وعد أصابع الزميل وفتح العينين مع كتم النفس .<br>(ثني الركبتين) ونزول الجسم تحت سطح الماء كاملاً مع كتم النفس.<br>(وقوف) ثم اخذ شهيق وتغطيس الوجه داخل الماء وتفريغ النفس تحت سطح الماء لأطول مدة ممكنة مع إخراج فقاقيع الهواء من الفم.<br>بمساعدة الزميل: تبادل أداء عملية التنفس سواء كتم النفس أو تنظيم النفس . | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب.<br>توزيع المهام على كل طالب في المجموعة بحيث يكون هنالك مطبق ومسند وملاحظ.<br>تبادل الأدوار عند الانتهاء من أداء المهارة. |
| الجزء الختامي<br>5دقائق | العاب مائية:<br>لعبة كتم النفس تحت سطح الماء لأطول مدة ممكنة.<br>لعبة نفخ كرة تنس الطاولة بما يشبه الصفير المشابهة لحركة الزفير. | 2 د<br>3 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| الدرس: الثالث | | زمن الدرس: 60 دقيقة | |
| الهدف: تعليم مهارة الطفو (التكور، القنديل). | | | |
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي<br>10 دقائق | إحماء :<br>(وقوف): مشي، القفز بالمكان .<br>(وقوف، انثناء عرضاً): مد الذراعين جانباً مع الضغط خلفاً.<br>(وقوف، الذراعين عالياً) : ثني الجذع أمام أسفل والضغط.<br>(انبطاح، الذراعين عالياً): دفع الصدر عن الأرض عالياً. | 2 د<br>10/2ت<br>10/2ت<br>10/2ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي<br>45 دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الطفو .<br>أداء جمع الأصداف في منطقة عمق الصدر ثم في عمق الكتفين.<br>أداء طفو القنديل بأخذ الشهيق ثم ثني الجذع الى الأمام أسفل لوضع الظهر فوق سطح الماء والوجه بالماء، القبض باليدين على مفصل القدمين مع ثبات مد الركبتين.<br>اخذ الشهيق ثم التكور وترك الجسم ليطفو على سطح الماء.<br>أداء تكور ثم ترك الركبتين بعد الطفو على سطح الماء.<br>أداء التكور ثم الطفو إلى سطح الماء ثم ترك الركبتين ثم العودة لتكور مرة أخرى وبيط. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي<br>5دقائق | العاب مائية:<br>الثبات في وضع طفو القنديل لأطول مدة.<br>جري على شكل قطار بين فريقين. | 3 د<br>2 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

الدرس: الرابع زمن الدرس: 60 دقيقة

الهدف: تعليم الطفو الأفقي على البطن.

| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
|---|---|---|---|
| الجزء التمهيدي<br>10 دقائق | إحماء:<br>(وقوف): رفع الذراعين أماما عالياً.<br>(وقوف ثبات الوسط): الوثب في المكان ثم الوثب مع تبادل فتح وضم القدمين ثم الوثب مع تبادل وضع القدمين أماما وخلفاً.<br>(جثو أفقي – مواجه): محاولة لمس كف يد الزميل بالكف.<br>(وقوف): أخذ شهيق جلوس تكور، مسك الساقين بالذراعين وثني الرأس للركبتين. | 2 د<br>10/2ت<br>10/2ت<br>10/2ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي<br>45 دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الطفو الأفقي على البطن.<br>تعليم الطفو الأفقي على البطن : يأخذ وضع التكور ثم مد الذراعين أماما في نفس المستوى، مد الركبتين خلفاً بمساعدة الزميل.<br>أداء المهارة مع مسك الماسورة أو الحائط ومساندة الزميل.<br>أداء المهارة مع مسك الماسورة أو الحائط وإسناد الزميل للحظات ثم تركه ليطفو لوحده.<br>أداء المهارة مع مسك الماسورة أو الحائط بدون إسناد الزميل.<br>أداء المهارة مع وضع أداة الطفو بين الرجلين.<br>أداء المهارة من وضعية التكور. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب.<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي<br>5دقائق | العاب مائية:<br>لعبة النفق المشي بين الرجلين.<br>مسابقة في الطفو الأفقي لأطول مدة ممكنة. | 3 د<br>2 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| الدرس: الخامس<br>الهدف: تعليم الطفو الأفقي على الظهر. | | | زمن الدرس: 60 دقيقة |
|---|---|---|---|
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار/ الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف – ذراع عالياً أخرى خلفاً): تبادل وضع الذراعين مع ضغطهما خلفاً.<br>(انبطاح – الذراعين عالياً): رفع الرجلين مع رفع الذراع المقابلة بالتبادل.<br>(انبطاح – الذراعان عالياُ): الشعور بانقباض العضلة وانبساطها من هذا الوضع. | 2 د<br><br>10/2ت<br><br>10/2ت | - التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>- تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>- التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي 45 دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الطفو الأفقي على الظهر.<br>تعليم الطفو الأفقي على الظهر : أخذ شهيق، جلوس، الرجوع خلفاً تدريجياً للاستلقاء على الظهر، الذراعين بجانب الجسم، الطفو على الظهر.<br>أداء الطفو على الظهر بالميل خلفاً بمساندة الزميل وأداة الطفو وماسورة المسبح .<br>أداء الطفو على الظهر بمساندة الزميل وماسورة المسبح .<br>أداء الطفو على الظهر بمساندة أداة الطفو وماسورة المسبح .<br>أداء وضع الطفو على الظهر بدون إسناد والذراعين جانباً.<br>أداء وضع الطفو على الظهر بدون إسناد والذراعين عالياً. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب.<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة.<br>يكون الإسناد بشكل صحيح ومتقن من قبل المسند . |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>لعبة تشمل المشي والطفو والقفز. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| الدرس: السادس<br>الهدف: تعليم الانزلاق على البطن. | | زمن الدرس: 60 دقيقة | |
|---|---|---|---|
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار/ الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف): الوثب أماما والقدمين معاً.<br>(وقوف – لمس خلف الرأس) : ثني الجذع أماما أسفل.<br>(وقوف): دوران الذراعين للأمام والخلف.<br>(رقود – الذراعين عالياً): أداء ضربات الرجلين في الهواء أو على حافة الحوض. | 2 د<br>10/2ت<br><br>10/2ت<br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الانزلاق على البطن.<br>الوقوف مواجه للحائط والقدم اليمنى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على البطن.<br>الوقوف الظهر للحائط والقدم اليسرى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على البطن.<br>الوقوف على القدمين ودفع الأرض خلفاً والانزلاق على البطن.<br>الوقوف بجانب الحائط والقدم اليمنى مرتكزه على الحائط والدفع أماما والانزلاق على البطن.<br>الدفع والانزلاق تحت سطح الماء.<br>تعلق القدمين ثم دفع انزلاق على سطح الماء والوجه داخل الماء . | 5 د<br>40 د | عرض شرائح من خلال جهاز الحاسوب توضح الخطوات الفنية والتعليمية للمهارة.<br>أداء نموذج للمهارة أمام الطلاب.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>منافسة في الوصول لأبعد مسافة في الانزلاق على البطن من دفع الحائط. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

الدرس: السابع　　　　زمن الدرس: 60 دقيقة

الهدف: تعليم الانزلاق على الظهر.

| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
|---|---|---|---|
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف): الثني أماما أسفل، التقوس خلفاً.<br>(وقوف): دوران الرأس لجانب الأيمن والأيسر.<br>(وقوف – ذراع أماما وأخرى خلفاً) : تبادل وضع الذراعين مع مرجحتهما وارتداده خفيفة في الركبتين.<br>لعبة الجري خلف الإشارة. | 2 د<br>10/2ت<br>10/2ت<br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الانزلاق على البطن.<br>وقوف مواجه للحائط، القدم اليمنى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على الظهر.<br>وقوف الوجه للحائط، الذراعين عالياً: أخذ شهيق، كتم نفس، دفع أرض المسبح، انزلاق على الظهر.<br>الوقوف على القدمين ودفع الأرض خلفاً والانزلاق على الظهر.<br>وقوف مواجه للحائط والقدم اليمنى مرتكزه على الحائط والدفع خلفاً والانزلاق على الظهر .<br>وقوف مواجه للحائط والقدم اليسرى مرتكزه على الحائط والدفع خلفاً والانزلاق على الظهر.<br>وقوف مواجه للحائط الذراعين عالياً ثم دفع الحائط بالقدمين معاً.<br>تعلق مواجه للحائط ثم دفع انزلاق على الظهر. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>منافسة في الوصول لأبعد مسافة في الانزلاق على الظهر من دفع الحائط. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| الدرس: الثامن<br>الهدف: تعليم ضربات الرجلين على البطن. | | زمن الدرس: 60 دقيقة | |
|---|---|---|---|
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار/ الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف – انثناء عرضاً): مد الذراعين جانباً والضغط.<br>(انبطاح – الكفان أسفل الذقن): مد المرفقين بدفع الصدر عالياً.<br>(جلوس طويل): تبادل رفع الرجلين عالياً. | 2 د<br>10/2ت<br>10/2ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة ضربات الرجلين على البطن .<br>3- الانبطاح على البطن خارج الحوض أداء حركات الرجلين المتبادلة.<br>الجلوس على حافة الحوض وأداء ضربات الرجلين.<br>أداء ضربات الرجلين من التعلق بماسورة المسبح بمساندة الزميل<br>أداء ضربات الرجلين من التعلق بماسورة المسبح.<br>أداء ضربات الرجلين على البطن بدفع الحائط مع مسك أداة الطفو.<br>أداء ضربات الرجلين بمساعدة الزميل بعرض الحوض.<br>أداء ضربات الرجلين بدفع الحائط بعرض المسبح بدون مساندة. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>مسابقة بعرض المسبح بضربات الرجلين على البطن مع مسك الطفاحة. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

| الدرس: التاسع | | زمن الدرس: 60 دقيقة | |
|---|---|---|---|
| الهدف: تعليم ضربات الرجلين على الظهر. | | | |
| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف ): رفع الذراعين عالياً مع ثني الركبتين كاملاً.<br>انبطاح مائل مقلوب: ثني الذراعين.<br>(وقوف الوضع أماما – الذراعان عالياً): ثني الجذع أماما أسفل مع الضغط على القدم الأمامية عدتين.<br>(جلوس طويل – الذراعان عالياً): مد الجذع خلفاً في 4 عدات. | 2/ د<br>10/2ت<br>10/2ت<br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة ضربات الرجلين على الظهر .<br>- الرقود على الظهر خارج الحوض وأداء حركات الرجلين التبادلية.<br>الجلوس على حافة الحوض وأداء ضربات الرجلين.<br>أداء ضربات الرجلين في الماء على الظهر مع مسك ماسورة الحوض.<br>أداء ضربات الرجلين بعرض المسبح على الظهر مع إسناد الزميل وأداة الطفو.<br>أداء ضربات الرجلين على الظهر مع إسناد الزميل فقط.<br>أداء ضربات رجلين على الظهر مع الإسناد الخلفي لأداة الطفو أسفل الرأس.<br>أداء ضربات الرجلين بدون أداة الطفو بعرض المسبح . | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>يكون توزيع المهام على الطلاب بحيث يكون هناك مطبق وإسناد وملاحظ وثم يتبادل الأدوار بعد أداء التكرارات اللازمة. |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>مسابقة بعرض المسبح بضربات الرجلين على الظهر مع مسك الطفاحة. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

الدرس: العاشر　　　　　　　　　　　　زمن الدرس: 60 دقيقة

الهدف: الربط بين مهارة الانزلاق على البطن ومهارة ضربات الرجلين على البطن.

| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
|---|---|---|---|
| الجزء التمهيدي<br>دقائق | إحماء:<br>(وقوف): دوران الذراعين للأمام والخلف.<br>(جلوس طويل – الذراعان عالياً): مد الجذع خلفاً في 4 عدات.<br>(انبطاح – الكفان أسفل الذقن): مد المرفقين بدفع الصدر عالياً.<br>(جلوس طويل): تبادل رفع الرجلين عالياً. | 2 د<br>10/2ت<br><br>10/2ت<br><br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي<br>دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الانزلاق على البطن ومهارة ضربات الرجلين على البطن .<br>الوقوف الظهر للحائط والقدم اليمنى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على البطن.<br>الوقوف الظهر للحائط والقدم اليسرى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على البطن.<br>الوقوف على القدمين ودفع الأرض خلفاً والانزلاق على البطن.<br>أداء ضربات الرجلين على البطن بدفع الحائط مع مسك أداة الطفو.<br>أداء ضربات الرجلين على البطن بمساعدة الزميل بعرض الحوض.<br>أداء ضربات الرجلين على البطن بدفع الحائط بعرض المسبح بدون مساندة.<br>الوقوف على القدمين ودفع الحائط والانزلاق على البطن ومن ثم أداء ضربات الرجلين على البطن من وضعية الانزلاق. | 5د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>توزيع المهام على كل طالب في كل مجموعة.<br>تبادل الأدوار عند الانتهاء من أداء المهارة. |
| الجزء الختامي<br>5دقائق | العاب مائية:<br>يحاول نصف مجموعة الطلاب الهروب من الدائرة التي يشكلها النصف الأخر.<br>لعبة البحث عن كنز تحت الماء. | 3 د<br><br>2 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

الدرس: الحادي عشر زمن الدرس: 60 دقيقة

الهدف: الربط بين مهارة الانزلاق على الظهر ومهارة ضربات الرجلين على الظهر.

| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار / الزمن | الملاحظات |
|---|---|---|---|
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف): دوران الذراعين للأمام والخلف.<br>(جلوس طويل – الذراعان عالياً): مد الجذع خلفاً في 4 عدات.<br>(انبطاح – الكفان أسفل الذقن): مد المرفقين بدفع الصدر عالياً.<br>(جلوس طويل): تبادل رفع الرجلين عالياً. | 5د | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>شرح الخطوات الفنية والتعليمية لمهارة الانزلاق على الظهر ومهارة ضربات الرجلين على الظهر .<br>الوقوف مواجه للحائط والقدم اليمنى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على الظهر.<br>الوقوف مواجه للحائط والقدم اليسرى أماما ثم دفع الأرض والانزلاق على الظهر.<br>الوقوف على القدمين ودفع الأرض أماماً والانزلاق على الظهر.<br>أداء ضربات الرجلين على الظهر بدفع الحائط مع مسك أداة الطفو.<br>أداء ضربات الرجلين على الظهر بمساعدة الزميل بعرض الحوض.<br>أداء ضربات الرجلين على الظهر بدفع الحائط بعرض المسبح بدون مساندة.<br>الوقوف على القدمين ودفع الأرض أماماً والانزلاق على الظهر ومن ثم أداء ضربات الرجلين على الظهر من وضعية الانزلاق. | 5 د<br>40د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>توزيع المهام على كل طالب في كل مجموعة.<br>تبادل الأدوار عند الانتهاء من أداء المهارة. |
| الجزء الختامي 5دقائق | العاب مائية:<br>يحاول نصف مجموعة الطلاب الهروب من الدائرة التي يشكلها النصف الأخر.<br>لعبة البحث عن كنز تحت الماء. | 2د<br>3د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

الدرس: الثاني عشر　　　　زمن الدرس: **60** دقيقة

الهدف: التأكد من قدرة الطالب على الجمع بين المهارات.

| مكونات الدرس | النشاط المختار | التكرار/ الزمن | الملاحظات |
|---|---|---|---|
| الجزء التمهيدي دقائق | إحماء:<br>(وقوف) رفع الذراعين جانباً عالياً.<br>(جلوس طويل – الذراعان عالياً): مد الجذع خلفاً في 4 عدات.<br>(وقوف، الذراعين عالياً) : ثني الجذع أمام أسفل والضغط.<br>(وقوف ثبات الوسط): الوثب في المكان ثم الوثب مع تبادل فتح وضم القدمين ثم الوثب مع تبادل وضع القدمين أماما وخلفاً. | 2 د<br>10/2ت<br>10/2ت<br>10 ت | التأكيد على الهدوء والنظام أثناء الدخول في المسبح.<br>تأدية الإحماء من قبل جميع الطلبة .<br>التأكيد على تنفيذ الإحماء من قبل الطلبة وتأدية التمرينات البدنية بصورة صحيحة. |
| الجزء الأساسي دقيقة | مراجعة المهارات السابقة.<br>(وقوف) ثم اخذ شهيق وتغطيس الوجه داخل الماء وتفريغ النفس تحت سطح الماء لأطول مدة ممكنة مع إخراج فقاقيع الهواء من الفم.<br>أداء التكور ثم الطفو إلى سطح الماء ثم ترك الركبتين ثم العودة لتكور مرة أخرى وببط.<br>أداء وضع الطفو بالانبطاح مباشرة في المنطقة التي يتراوح عمقها 90-100 سم بدون إسناد.<br>أداء وضع الطفو على الظهر بدون إسناد. | 5 د<br>40 د | شرح وعرض المهارة للطلاب واستخدام النموذج.<br>تشكيل مجموعات صغيرة تتكون كل منها من 3 طلاب<br>توزيع المهام على كل طالب في كل مجموعة.<br>تبادل الأدوار عند الانتهاء من أداء المهارة. |
| الجزء الختامي 5 دقائق | العاب مائية:<br>لعبة صغيرة لكل المهارات السابقة. | 5 د | تصحيح الأخطاء وإعطاء تغذية راجعة للطلاب.<br>تأدية اللعبة بشكل منتشر داخل المياه الضحلة ويشترك فيها جميع الطلبة. |

# ملحق (ج)

# تحكيم الاختبارات

**الرجاء التكرم بتحكيم مناسبة هذه الاختبارات ومقاييسها وهل هي مناسبة أم لا لتعليم أساسيات السباحة وما هي نسبتها من عشرة وإضافة الاختبارات التي ترونها مناسبة لتعليم الأساسيات في السباحة**

| الاختبار | المقياس | مناسب / غير مناسب | النسبة من 10 |
|---|---|---|---|
| 1-كتم النفس | ثانية | | |
| 2-تنظيم النفس | مرة | | |
| 3-الطفو على البطن | ثانية | | |
| 4-الطفو على الظهر | ثانية | | |
| 5-الانزلاق على البطن | المتر / مسافة | | |
| 6-الانزلاق على الظهر | المتر / مسافة | | |
| 7-ضربات الرجلين على البطن | المتر / مسافة | | |
| 8-ضربات الرجلين على الظهر | المتر / مسافة | | |
| 9-الوقوف في الماء | ثانية | | |

**الرجاء وضع أي اختبارات أخرى ترونها مناسبة ولم يوردها الباحث في الاستمارة:**

**ملاحظات يمكن الاستفادة منها:**

## ملحق (د)

## الاختبارات المهارية المعتمدة لقياس تعلم السباحة

1- **الاختبار الأول: كتم النفس (بالثانية)**

الهدف: كتم النفس داخل الرئتين لأطول مدة ممكنة.

الأدوات: ساعة توقيت، أوراق تسجيل.

طريقة الأداء: يأخذ المختبر أكبر كمية من الهواء بواسطة الفم ويبقيه في الرئتين ثم يغمر رأسه كاملاً تحت سطح الماء ويبقى محتفظاً بالهواء لأكبر مدة ممكنة.

التسجيل: يحسب الزمن من لحظة غمر الرأس تحت سطح الماء حتى لحظة ظهور الرأس فوق سطح الماء.

2- **الاختبار الثاني: تنظيم النفس (مرة)**

الهدف: قياس قدرة المختبر على أخذ الهواء من فوق سطح الماء وتفريغه تحت سطح الماء بإيقاع منتظم.

الأدوات: أوراق تسجيل.

طريقة الأداء: يمسك المختبر بحافة المسبح ثم يأخذ الشهيق فوق سطح الماء عن طريق الفم وتتم عملية الزفير كاملة تحت سطح الماء ويكرر الأداء بإيقاع توقيتي من خلال رفع الرأس لأخذ النفس وخفض الرأس كاملاً تحت سطح الماء وتفريغه لأكبر عدد من المرات وعند رفع الرأس يجب أن يظهر الذقن فوق سطح الماء ولا تحتسب عندما يظهر العنق فوق سطح الماء.

التسجيل: يسجل للمختبر أكبر عدد من المرات ويعتبر أخذ الهواء وتفريغه تحت الماء مرة واحدة وفي حالة أخراج الزفير خارج الماء وبقاء الرأس لأكثر من (3) ثواني يعتبر المختبر قد أنهى الاختبار.

3- **الاختبار الثالث: الطفو الأفقي على البطن (بالثانية)**

الهدف: قياس القدرة على الطفو الأفقي على البطن للمختبر.

الأدوات: أوراق تسجيل، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: من وضع الوقوف في الماء يبدأ المتعلم في عمل الطفو الأفقي على أن يكون جسمه على استقامة واحدة.

التسجيل: يتم احتساب الزمن من اللحظة التي تترك الأرجل الأرض ويصبح المتعلم في الوضع الأفقي على البطن حتى يصبح في وضع مائل.

4- **الاختبار الرابع**: **الطفو الأفقي على الظهر (بالثانية)**

الهدف: قياس القدرة على الطفو الأفقي على الظهر للمختبر.

الأدوات: أوراق تسجيل، ساعة إيقاف.

طريقة الأداء: من وضع الوقوف في الماء يبدأ المتعلم في عمل الطفو الأفقي على أن يكون جسمه على استقامة واحدة.

التسجيل: يتم احتساب الزمن من اللحظة التي تترك الأرجل الأرض ويصبح المتعلم في الوضع الأفقي على الظهر حتى يصبح في وضع مائل.

5- **الاختبار الخامس**: **الانزلاق على البطن (بالمتر)**

الهدف: ضبط الجسم.

الأدوات: أوراق تسجيل، متر كرار.

طريقة الأداء: يقف المختبر والظهر مواجهاً للحائط ثم يدفع برجليه حائط المسبح ليطفو الجسم أفقيا على سطح الماء لأبعد مسافة.

التسجيل: تسجل المسافة التي يقطعها الجسم.

6- **الاختبار السادس**: **الانزلاق على الظهر (بالمتر)**

الهدف: ضبط الجسم.

الأدوات: أوراق تسجيل، متر كرار.

طريقة الأداء: يقف المختبر والصدر مواجهاً للحائط ثم يدفع برجليه حائط المسبح ليطفو الجسم أفقيا على سطح الماء لأبعد مسافة.

التسجيل: تسجل المسافة التي يقطعها الجسم.

7- **الاختبار السابع**: **ضربات الرجلين على البطن (بالمتر)**

الهدف: فعالية حركة الرجلين التبادلية.

الأدوات: أوراق تسجيل، متر كرار.

طريقة الأداء: يقف المختبر والظهر مواجهاً للحائط ويمسك الطوافة باليدين فوق الرأس ثم يميل الجذع أماماً ثم يبدأ بتحريك الرجلين.

التسجيل: تسجل المسافة التي يقطعها الجسم.

8- **الاختبار الثامن: ضربات الرجلين على الظهر (بالمتر)**

الهدف: فعالية حركة الرجلين التبادلية.

الأدوات: أوراق تسجيل، متر كرار.

طريقة الأداء: يقف المختبر والصدر مواجهاً للحائط ويمسك الطوافة باليدين فوق الرأس ثم يميل الجذع خلفاً ثم يبدأ بتحريك الرجلين.

التسجيل: تسجل المسافة التي يقطعها الجسم.

## الملحق (ه)

## أسماء الخبراء والمختصين الذين عرض عليهم البرنامج التعليمي المقترح والاختبارات المهارية المعتمدة لقياس تعلم السباحة

| الرقم | الاسم | الجامعة | الدرجة العلمية |
|---|---|---|---|
| 1 | ا.د. سميرة عرابي | الاردنية | دكتوراة في التربية الرياضية |
| 2 | د.فداء مهيار | مؤتة | دكتوراة في التربية الرياضية |
| 3 | د.حسن الوديان | اليرموك | دكتوراة في التربية الرياضية |
| 4 | د.وصال الربضي | اليرموك | دكتوراة في التربية الرياضية |
| 5 | د. محمد أبو الطيب | الاردينة | دكتوراة في التربية الرياضية |
| 6 | مقداد الطراونة | مؤتة | ماجستير في التربية الرياضية |
| 7 | وليد صباحين | اليرموك | ماجستير في التربية الرياضية |
| 8 | محمد الدبابسة | الاردنية | ماجستير في التربية الرياضية |

**المعلومات الشخصية**

**الاسم**: نزار ماهر الصرايرة

**الكلية**: علوم الرياضة

**التخصص**: ماجستير التربية الرياضية

**السنة**: 2013

**هاتف رقم**: 0799934337

**البريد الإلكتروني**: NEZAR.MAHR@YAHOO.COM